# Готовим на природе

*Кулинария* - 1

**Илья Мельников**

SHOUT
SHARE
IT

# Annotation

В книге рассказывается о том, какие блюда и как можно приготовить в полевых условиях, как умело использовать дары природы и что брать с собой, отправляясь на природу на день и более длительное время. Особое внимание уделено способам приготовления и ассортименту блюд из охотничьих и рыбацких трофеев, а также шашлыков – самому популярному блюду в загородном отдыхе.


- Илья Мельников
  - Не мудрствуя лукаво
  - Какие бывают шашлыки и как их готовят
    - Шашлыки из мяса
      - 
      - Маринады
        - Маринад для мяса
        - Маринад для шашлыков с пряностями и кореньями
        - Способ приготовления.
        - Маринад для шашлыка из птицы
        - Маринад простой
        - Маринад для мяса
        - Маринад
      - Рецепты шашлыков
        - Шашлык по – кавказски
        - Армянский шашлык
        - Шашлык по-карски
          - 1-ый вариант.
          - 2-ой вариант.
        - Шашлык по-кавказски
        - Шашлык в кастрюле
        - Шашлык из говядины
        - Шашлык из говядины с луком и шампиньонами
        - Шашлык из говяжьей вырезки по-грузински
        - Шашлык из говядины по-грузински
        - Шашлык из баранины по-таджикски
        - Шашлык из свинины
        - Шашлык из баранины с кабачками
        - Шашлык узбекский
        - Шашлык из баранины по-таджикски

- Шашлык любительский
- Шашлыки из птицы и рыбы
  - Шашлык из курицы
  - Шашлык из тушки птицы
  - Шашлык из курицы в ореховом маринаде
  - Шашлык из осетрины
  - Шашлык из морской рыбы
- Гарниры и приправы к шашлыкам
  -
  - Соус ткемали из слив
  - Приправа чесночная
  - Соус горчичный
  - Приправа из зеленых листьев чеснока
  - Соус томатный из свежих помидоров
  - Соус томатный с вином

○ Охотничья кухня
- Как сохранить дичь от порчи
- Как подготовить дичь к кулинарной обработке
- Специфика кулинарной обработки охотничьих трофеев
- Предлагаем несколько рецептов для маринования дичи.
- Способы кулинарной обработки дичи
  - Варка
  - Тушение
  - Жаренье
  - Запекание
  - Блюда из сырого мяса дичи
  - Строганина
  - Бифштекс из сырой вырезки
  - Закуска по-корейски
  - Готовим дичь на костре
    - Приготовление дичи на вертеле
    - Приготовление дичи в глине
    - Приготовление дичи в золе
  - Копчение дичи
- Блюда из дичи
  - Водоплавающая и болотная дичь
    -
    - Суп и жаркое из кряквы и чирков с луком и помидорами
    - Гусь, жареный с яблоками
    - Лысуха, тушеная с можжевеловыми ягодами (по-походному)

- Нырковые утки, запеченные на вертеле
- Бекасы и дупеля жареные

- Боровая дичь
  - 
  - Суп из рябчика со свежими грибами.
  - Рябчик жареный
  - Рябчик в сметане
  - Рябчик, тушеный в соусе, с гарниром и гренками
  - Солянка московская на сковороде
  - Филе рябчика с овощами
  - Филе рябчика фаршированное, в сухарях
  - Белая куропатка, тушеная в сметане
  - Глухарь, тушеный с брусникой (по-походному)
  - Тетерев, жаренный с лесными орехами
  - Рябчик, жаренный с брусникой
  - Вальдшнеп, жаренный с красным вином
  - Заливное из рябчика
  - Голуби по-монастырски
- Степная и горная дичь
  - 
  - Суп из перепелов
  - Перепела, жареные с грибами
  - Перепела с вишнями
  - Перепела, тушеные с рисом
  - Перепела в сметане с сырными кнелями
  - Перепела с томатным соусом
  - Перепела, запеченные в баклажанах
  - Перепела, фаршированные печенкой
  - Перепела, жареные в виноградных листьях
  - Перепела, запеченные в тыкве
  - Плов с дичью
  - Коростель, запеченный в фольге (по-походному)
  - Куропатка по-сельски
  - Куропатка в сливках с изюмом
  - Куропатка с апельсинами

- Куропатка с овощами
- Куропатка, жаренная на решетке, с шампиньонами

- Зайцы
  - 
  - Паштет и жаркое из зайца
  - Заяц, жареный в сухарях
  - Заяц, жареный в сметане
  - Заяц, тушенный в горшке
  - Заяц, тушенный в сметане
  - Рагу из зайца
  - Заяц по-гречески
  - Соус из заячьей печени
  - Соус подают к жаркому из зайца в отдельной посуде.
- Дикие копытные животные
  - 
  - Филе косули, жаренное на вертеле
  - Филе косули, тушенное с вином и яблоками
  - Жаркое из оленины со сметаной
  - Оленина и лосятина жареные
  - Охотничья похлебка
  - Бульон из мяса сайгака с пельменями
  - Мясо лося, тушенное с курагой

○ Рыбацкая кухня
- 
- Подготовка рыбы к кулинарной обработке
- Блюда из рыбы
  - Отварная рыба
  - Рыба отварная с картофелем
  - Судак отварной с овощным гарниром
  - Рыба, отваренная в пергаменте
  - Отварная рыба с картофелем и шпигом
  - Консервированная рыба с картофелем
  - Паровая рыба
  - Консервированные судак, лососина, нельма в белом вине
  - Судак в красном вине
  - Угорь на вертеле
  - Винегрет из картофеля с сельдью (холодный)
  - Сельдь с гарниром

        - Сельдь в сметане с яблоками и луком
        - Шпроты из уклейки
    - Уха обыкновенная, двойная…
        - Уха обыкновенная
        - Уха двойная
        - Уха тройная
        - Уха прозрачная
        - Уха по-сибирски
        - Уха из ершей
    - Соление рыбы
    - Копчение рыбы
    - Вяление рыбы
- Любителям экзотики

# Илья Мельников
# Готовим на природе

# Не мудрствуя лукаво
## *(Готовим быстро)*

Не у каждого и не всегда есть возможность, время или желание готовить в полевых условиях какие-то изысканные блюда по всем законам кулинарного искусства. Зачастую надо просто поесть горячего, причем приготовить блюдо быстро, желательно с использованием даров природы.

Самыми простыми в приготовлении являются различные концентрированные супы. Как они готовятся, обычно указывается на упаковке. Но можно обойтись и без концентратов. Супы можно готовить с мясом, грибами, рыбой, добавляя в них овощи или крупы, дикорастущую зелень. Что надо знать при этом? Продукты – мясо, овощи и крупу – нужно класть в кастрюлю с таким расчетом, чтобы они сварились одновременно. При приготовлении зеленых щей из щавеля, шпината, крапивы и лебеды промытая и мелко нарезанная зелень варится до прозрачности. Значит, надо знать продолжительность варки основных продуктов.

Говядина варится 2-3,5 ч, свинина 3-4 ч, курица (в зависимости от возраста) – 1-2 ч, рыба в кусках – 15—20 мин.; крупы: манка – 5-10 мин, пшено, гречка, ячневая – 30—40 мин, рис – 40 мин, перловая, пшеничная – 1-1,4 ч; горох, фасоль (после вымачивания) – 2-3 ч; макаронные изделия – до 30 мин (читайте инструкцию на упаковке); картофель молодой – 20—30 мин, картофель старый – 30—40 мин, морковь, свекла – 1-1.5 ч, капуста свежая – 1 ч, зеленые бобы, горох 25—35 мин, крапива, щавель и др. зелень – 20—25 мин.

Мясо можно класть в холодную или кипяченую воду. В первом случае мясо вываривается сильнее, но получается более крепкий бульон. Если посолить воду сразу, то мясо вываривается больше.

Мелко нарезанный лук, морковь, свеклу перед закладкой предварительно обжаривают на жире или растительном масле.

О приготовлении рыбы говорится в отдельной главе.

Для грибного супа пригодны главным образом белые грибы, подосиновики, маслята, подберезовики, а также рыжики, опенки, сыроежки, шампиньоны.

Грибной суп можно приговить по-разному.

Первый вариант. Промытые, мелко нарезанные грибы обдать кипятком, затем отжать и положить в холодную воду, варить 30—

40 мин. После этого положить соль, лавровый лист, крупу и варить еще 25 минут. Можно добавлять в суп картофель. Вкус супа улучшится, если в конце варки заправить его поджаренным на масле луком.

Второй вариант. Грибы немного обжарить с луком и перцем на масле, а затем положить их в кипяток, посолить и варить около 40 мин.

Из вторых блюд наиболее просты в приготовлении каши из различных круп и бобовых.

Крупу тщательно промывают (гречневую крупу мыть не рекомендуется), а бобовые (горох, фасоль, бобы) и перловую крупу замачивают в холодной воде 6-12 ч. Крупу засыпают в кипящую воду и варят на небольшом огне, лучше – на углях. Кашу можно варить до ее загустевания, а затем завернуть кастрюлю в одеяло, одежду на 1-2 ч, чтобы она «дошла».

Количество воды при варке каши зависит от крупы и от того, какую хотят получить кашу – густую или жидкую. Соль лучше класть в процессе варки, а в кашу из бобовых – перед самым концом варки.

Кашу варят на молоке или добавляют его после того, как вода впитается в крупу.

Заправляют кашу сливочным или топленым маслом, можно добавить в нее и тушенку.

Очень часто, отдыхая в лесу или на водоеме, готовят картофель. Картофель печеный, жаренный варенный, картофельное пюре – достаточно питательные блюда, приготовление которых не требует особых талантов.

Пекут картофель, закапывая клубни в горячую золу. Готовность картофеля зависит от величины клубней, при этом крупные картофелины минут через 20 после закладки в золу надо перевернуть. Картофель можно печь и другим способом. В большую жестяную банку (ведро) насыпают песок, зарывают в него картофель и обкладывают банку горячими углями. Время приготовления увеличивается до 1 ч и более, но при такой технологии клубни не обгорают, их легко найти в песке.

Варить картофель можно в кожуре или очищенным. В первом случае сохраняются витамины. Из варенного картофеля можно приготовить пюре – размять и добавить молоко или масло. Варенный картофель и пюре используются в качестве гарнира к мясным и рыбным блюдам. Печеный картофель хорош и сам по себе.

Очень просто приготовить тушенную или обжаренную капусту. На хорошо разогретую сковородку кладут немного жира, а затем нарезанную свежую капусту. Когда вода, выступившая из

капусты, испарится, добавляют еще жира и жарят минут 5-10. Солить капусту надо после обжаривания, иначе она потеряет свежесть.

О способах приготовлению мяса, рыбы и дичи читайте в следующих главах книги.

Трудность приготовления пищи на костре связана с тем, что очень трудно сделать огонь больше или меньше, как это делается на газовой плите. Вода часто выкипает, содержимое кастрюли или котелка подгорает. Чтобы это не произошло, можно сделать что-то вроде духовки. Ямка глубиной около 30 см заполняется углями костра. На них ставится кастрюля с плотно прилегающей крышкой. В кастрюле может быть мясо, дичь, рыба, крупа и т. д. Поверх крышки насыпают слой земли. При желании дни и стенки ямки можно обложить камнями, тогда время приготовления сократится.

Какой чай пить на природе? Вкусный, ароматный чай можно приготовить, прихватив с собой пачку любимого чая из дома. Но можно обойтись и без него. При этом цвет, аромат и вкус чая не уступят магазинному. В лесу можно приготовить чай из листьев земляники, малины, кипрея, черники, клюквы, брусники, вереска, зверобоя.

Очень вкусен и ароматен чай из земляничных листьев. Листья земляники собирают с мая в течение лета, но лучше чай из листьев, начинающих краснеть (конец августа – сентябрь).

Иван-чай собирают в июле-сентябре, листья брусники и черники – в мае-июле, вереска – в июле-августе.

Листья обрабатывают следующим образом. Сначала их надо подвялить: собранные листья рассыпают слоем не более 5 см в тени на день или сутки, пока они не подвянут. Затем их скручивают между ладонями, пока не выступит сок. Скрученные листья насыпают в ящик слоем 5 см, накрывают мокрой тканью и держат при температуре +26°С 6-10 часов. Это называется ферментизацией. После нее остается только высушить листья. Сушат 40 мин при температуре 100°С в печи. Разумеется, в полевых условиях придется сушить листья не в печи, а как-нибудь иначе. В любом случае нельзя это делать на солнце.

# Какие бывают шашлыки и как их готовят

# Шашлыки из мяса

Есть несколько разновидностей шашлыков из мяса: шашлык из баранины, шашлык из говяжьей вырезки, из свинины, из свиных голов, шашлык по-армянски и т. д. Состоит шашлык из мелких кусочков говяжьего мяса, свиного или бараньего мяса, не превышающих по весу, в основном 10 – 15 г каждый. Кусочки мяса шашлыков по-карски, по-бакински и некоторых других могут весить по 30 – 40 г.

Порция в 125 г шашлыка из говядины содержит 110 г вырезки, нарезанной кусочками по 15 – 20 г, 8 г свежего свиного шпика и 7 г репчатого лука.

Порция свиного шашлыка содержит 8 – 10 кусочков хорошей свинины (115 г.) и 10 г репчатого лука.

Шашлык из свиных голов готовят порциями по 125 и 200 г, он состоит из нарезанной на кусочки свиной щековины.

Хорошие шашлыки получаются из молодого мяса, либо надо брать мясо с кусочками сала или жира, а если кусочки мяса постные, то добавляют кусочки сала или жира, которые нанизывают на шампур над мясом. Делается это для того, чтобы жир, плавясь, пропитывал мясо.

Классический шашлык приготавливают из лучших частей отличной баранины: из мякоти задней ноги, спинной и почечной части туши.

Мясо для шашлыков нарезается по-разному, каждый рецепт предусматривает нарезку мяса определенных размеров. Маринад готовится в соответствии с рецептом, который желательно не менять. В некоторых рецептах шашлыков мясо не маринуют вообще, в других маринуют до 30 минут, а в некоторых – сутки и более.

Чтобы мясо стало сочным, перед запеканием его рекомендуется подержать в маринаде, или обмакнуть маленькие кусочки в растительное масло, а кусочки побольше – в холодную воду. После этого мясо не подгорает и хорошо пропекается.

Приготавливают шашлык из мяса, рыбы или птицы не над огнем, а над жаркими древесными углями. Приготавливают угли из сухой древесины лиственных пород, акации, фруктовых деревьев. Хорошее равномерное и сильное тепло дают угли из сухих вылущенных початков кукурузы. Угли из ели и сосны для запекания шашлыков не подходят из-за смоляного запаха и неприятного привкуса.

Перед жарением замаринованные куски мяса надевают на металлический вертел, вперемежку с луком, нарезанным

ломтиками. Жарят шашлык над горящими без пламени углями минут 15 – 20, повертывая вертел, чтобы мясо поджарилось равномерно.

Если жаровни или мангала нет, то шашлык можно жарить над углями костра.

Готовый шашлык надо снять с вертела. Положить на блюдо, полить маслом или вином, гарнировать зеленым луком, помидорами, нарезанными дольками, и кусочками лимона. Кроме того, на гарнир можно подавать рис и отдельно – гранатовый сок.

На 500 г баранины надо взять 2 головки репчатого лука, 100 г зеленого лука, 200 г помидоров, половину лимона, 1 столовую ложку уксуса и одну столовую ложку масла.

## Маринады

### Маринад для мяса *(без кипячения)*

Взять 1 стакан белого сухого вина, 0,5 стакана растительного масла, 1 морковь, 2 крупные луковицы, 1 дольку чеснока, 1/2 лимона, 1 небольшой пучок зелени петрушки, 2 лавровых листа, черный перец горошком. Вместо лимона можно взять 1 стакан уксуса.

Чеснок, лук, морковь нарезать кружочками. Мясо полить растительным маслом, предварительно положив в посуду, где оно будет мариноваться. Овощи, нарезанные кружочками, лавровый лист, зелень петрушки и черный перец, полить вином, затем соком лимона, оставить мариноваться от 2 часов до 2 суток.

### Маринад для шашлыков с пряностями и кореньями

Для того, чтобы приготовить 1 л маринада, необходимо взять 2 стакана воды, 2 стакана уксуса (6% – ого).

Пряности: 12 горошин перца, 5 штук гвоздики, 1 чайная ложка сахара, соль по вкусу, 1 лавровый лист.

Коренья: 1/4 корня петрушки, 1-2 штуки репчатого лука, 1/2 сельдерея, 1 морковь.

### Способ приготовления.

В кипящую воду положить нарезанные ломтики лука, моркови, петрушку, сельдерей, немолотый перец, лавровый лист, гвоздику, соль и сахар по вкусу и 15 – 20 минут варить на слабом

огне в закрытой кастрюле. Затем влить уксус, дать закипеть и сразу охладить.

Состав и количество кореньев в маринаде можно изменить. При отсутствии каких-либо кореньев, например петрушки или сельдерея, можно положить больше моркови и лука.

## Маринад для шашлыка из птицы

Взять 4 столовые ложки растительного масла, сок 1 лимона, 2 луковицы, 1 пучок зелени петрушки, 1 дольку чеснока, соль, черный молотый перец.

Птицу смазать растительным маслом, полить соком лимона, покрыть кружочками чеснока и лука, зеленью петрушки, солью, черным молотым перцем, оставить мариноваться на 2-3 часа.

## Маринад простой

Один стакан уксуса, 1 пучок зелени петрушки, 2 лавровых листа, 1 крупная луковица, соль, черный молотый перец.

Мясо залить уксусом, добавить зелень петрушки, кусочки лаврового листа, кружочки лука, соль, черный молотый перец, мариновать 2 часа.

## Маринад для мяса *(С кипячением)*

Уксус 3% – ный 200 г, лук репчатый 50 г, морковь 25 г, петрушка 20 г, сельдерей 20 г, лавровый лист, перец, соль, сахар.

Закипятить воду с солью, сахаром, приправами – овощами и уксусом. Когда маринад остынет, залить им мясо.

## Маринад

Уксус 3% – ный 250 г, лук репчатый 40 г, морковь 25 г, петрушка 25 г, сельдерей 25 г, сахар, перец, лавровый лист.

Закипятить воду с солью, приправами, сахаром. Когда маринад остынет, залить им мясо.

# Рецепты шашлыков

## Шашлык по – кавказски

Для того, чтобы приготовить шашлык по-кавказски, необходимо баранину порезать на куски весом по 35—40 г, посолить, нанизать на шампур и жарить над древесными углями. На гарнир к шашлыку подать зеленый или репчатый лук, нарезанный кольцами, лимон или ткемали. Кроме того, можно подать жареные на вертеле помидоры, баклажаны или соленья. Баклажаны следует предварительно нафаршировать курдючным салом с солью, перцем и зеленью.

При подаче на стол блюдо украсить зеленью петрушки. Мясо старых животных для улучшения вкуса следует предварительно замариновать.

240 г баранины, 25 г зеленого или репчатого лука, специи, 0,5 лимона или соус ткемали.

## Армянский шашлык

Мякоть жирной баранины нарезать на куски толщиной 4 см., посыпать солью, перцем, мелко нарезанным луком, добавить лимонную кислоту, коньяк или водку, сушеную зелень и поставить в холодное место на 6 – 7 часов для маринования.

Маринованные куски мяса нанизывать на шампур так, чтобы они чередовались с кусками курдючного сала, и жарить на мангале, периодически повертывая шампур, расположенный вертикально. После обжаривания срезать внешний слой сала и мяса на тарелку.

При подаче на стол в качестве гарнира подать кружочки репчатого лука. На гарнир можно подать и овощи, жареные на вертеле помидоры, картофель, баклажаны.

300 г баранины, 20 г курдючного сала, 50 г репчатого лука, 10 г коньяка или водки, 0,2 лимонной кислоты, красный перец, зелень сушеная разная (мята, укроп), 20 г свежей зелени.

## Шашлык по-карски

### *1-ый вариант.*

Мякоть баранины нарезать поперек на куски по одному на порцию, посолить и замариновать с луком и специями (для чего лук порезать мелко), смочить лимонным соком, перемешать с мясом, посолить, поперчить и уложить в эмалированную посуду на 4 – 6 часов.

Перед жаркой кусок мяса надеть на шампур вместе с зачищенной от пленки бараньей почкой с одного конца и

некрупным помидором с другого. Мясо смазать сливочным маслом и жарить на решетке над углями или на шампуре.

При подаче на стол жареный шашлык, почку и помидор снять с шампура и выложить на блюдо. Блюдо украсить зеленью и подавать с соусом ткемали.

240 г баранины, 10 г лука для маринования, 1 баранья почка, 5 г сливочного масла, 1 помидор (30 г), зеленого или репчатого лука для гарнира, 0,5 лимона, 30 г соуса ткемали.

***2-ой вариант.***

Мякоть жареной баранины нарезать кусками диаметром от 100 до 150 мм. И толщиной 30 – 40 мм., посолить, посыпать перцем и мелко нарезанным зеленым и репчатым луком, сложить в эмалированную кастрюлю, полить уксусом, коньяком или водкой, перемешать, положить груз и оставить в холодном месте на 6 часов. Перед жаркой куски маринованной баранины нанизать на шампур вперемежку с ломтями сырого курдючного сала. Шампур с мясом установить перед огнем вертикально, периодически поворачивая с таким расчетом, чтобы мясо жарилось равномерно по всей поверхности. Как только поверхность мяса прожарится на глубину около 6-8 мм., срезать его острым ножом в виде тонких ломтиков. Оставшееся на шампуре мясо жарить вновь, затем снова срезать и таким образом жарить до тех пор, пока все мясо не будет изжарено.

При подаче на стол ломтики мяса выложить на блюдо и гарнировать нашинкованным репчатым и зеленым луком, помидорами, зеленью.

240 г баранины, 50 г курдючного сала, 50 г репчатого лука, 10 г водки или коньяка, 3 г винного уксуса, соль, красный молотый перец, зелень.

**Шашлык по-кавказски**

Корейку нарезать на кусочки примерно по 30—35 г, посолить, поперчить, положить в глиняную посуду, перемешать с тертым луком, измельченным чесноком. Сбрызнуть соком лимона, поставить в холодное место на 6 – 8 часов. Затем кусочки мяса нанизать на шампуры и жарить на углях, в газовой духовке или на электрогриле до готовности. К шашлыку обязательно подавать много зелени – петрушки, базилика, кинзы, эстрагона, зеленого лука.

1 кг молодой баранины (корейки), 3 – 5 луковиц, соль,

черный и красный молотый перец, сок лимона, чеснок.

## Шашлык в кастрюле

Баранину нарезать на куски по 40 г, обжарить до готовности на сковороде, посолить, поперчить и припустить в закрытой посуде.

При подаче на стол посыпать сырым рубленым луком и полить соком граната.

60 г граната, 320 г баранины, 80 г репчатого лука, соль, перец, 40 г. бараньего топленого сала.

## Шашлык из говядины

Говяжье филе или мясо первого сорта нарезать кусками по 30 г., добавить рубленый лук, соль, черный перец, фруктовый уксус, лавровый лист, душистый перец, перемешать и мариновать в эмалированной посуде 2 – 3 дня. Затем подготовленное мясо нанизать на шампур, чередуя с кольцами репчатого лука и жарить над древесными углями до готовности. Во время жарки время от времени смазывать мясо топленым маслом.

310 г филе говядины, 40 г репчатого лука, 5 г топленого масла, специи, 10 г фруктового уксуса.

## Шашлык из говядины с луком и шампиньонами

Говяжье филе нарезают кубиками. Растительное масло растирается с красным молотым перцем. В этом составе мясо выдерживают около часа. Лук и шампиньоны нарезают кольцами. Кусочки мяса, лук и грибы, чередуя, нанизывают на шампур, сбрызгивая оставшимся маринадом, и жарят над углями. Готовый шашлык посолить и поперчить по вкусу.

## Шашлык из говяжьей вырезки по-грузински

Говяжью вырезку очистить от пленок и целиком, во всю длину, надеть на шампур. Чтобы вырезка во время жарения сохраняла форму и не сокращалась, надо ее привязать к шампуру толстыми нитями. Вырезку обмазывают растительным маслом, а можно смочить и холодной водой. Шампур помещают над углями и, вращая, обжаривают мясо до готовности. Сочное мясо нарезают поперек волокон с небольшим скосом на ломтики толщиной до 2 см., затем солят, перчат по вкусу и смазывают острой аджикой.

Подают шашлык горячим с веточками петрушки и другой зелени, и также отдельно обжаренными на шампуре горячими помидорами, с которых, по желанию, можно снять кожицу.

## Шашлык из говядины по-грузински

Из мякоти говядины, которую нужно очистить от пленок и сухожилий, нарезают небольшие одинаковые кусочки, складывают в глиняную или эмалированную посуду. Затем мясо пересыпают смесью соли, черного молотого перца, мелко нарезанного лука, молодых семян кориандра, взятых по вкусу и разведенных в нескольких ложках фруктового или винного уксуса. Все хорошо перемешивается, посуда закрывается крышкой и ставится в прохладное место на 12 часов. Затем сок слегка отжимается, а мясо очищают от специй. Кусочки мяса нанизывают на шампур и смазывают растительным маслом. Обжаривают над углями до готовности.

Необходимо внимательно следить за жаром, чтобы он был постоянным, но ровным.

## Шашлык из баранины по-таджикски

Мякоть баранины нарезают кусочками весом по 20—25 г, солят, перчат, смешивают с мелкошинкованным репчатым луком, поливают уксусом и ставят в прохладное место на 2 часа. Затем куски мяса нанизывают на шпажки и обжаривают над раскаленными углями. При подаче шашлык на шпажках укладывают в тарелку, посыпают шинкованным луком, зеленью. Отдельно подают салат из свежих овощей или зеленого лука.

## Шашлык из свинины

Взять постное свиное мясо, нарезать кубиками, посыпать солью и перцем. Затем нарезать яблоки, очистить головки лука и пропарить их несколько минут, помидоры разрезать пополам. У свежих стручков перца удалить семена, стручки нарезать, если берутся стручки консервированные, то их разрезают пополам или нарезают на четыре части.

Мясо нанизывают вперемежку с луком и яблоками на шампур, смазывают сливочным или растительным маслом и острым соусом. Как только мясо готово, шашлык подается на стол. Приготавливают по 4-5 шампуров. На гарнир предлагается отварной рис или картофель, острый соус, зеленый лук, салат из

помидоров или огурцов.

500 г постной свинины, 3 головки лука, 5 помидоров, 2 стручка перца, 2 столовые ложки растительного или сливочного масла, острый соус, соль, перец, 5 штук маринованных или консервированных яблок.

## Шашлык из баранины с кабачками

Мякоть задней ноги молодого барашка нарезать кусочками средней величины, посолить. Затем очистить от кожицы кабачки, нарезать кружочками и посолить. Нанизать на шампуры кусочки мяса, чередуя их с кружочками кабачков, хорошо подрумянить шашлыки над нежаркими углями. Шампуры снять с огня, дать 10 минут остыть, посыпать рубленой зеленью, смочить взбитым яйцом и снова запечь над углями. Подать шашлыки горячими с овощами и зеленью.

## Шашлык узбекский

Баранину нарезают мелкими кусочками, лук шинкуют, заливают маринадом, перемешивают и оставляют на 3 часа в холодном месте. Затем мясо нанизывают на шпажку, на конец которой насаживают кусок сала, посыпают мукой, жарят над раскаленными углями. Подают по 3 – 4 шпажки с шашлыком на порцию. Гарнир – нашинкованный лук и зелень петрушки.

Для маринада: анис 0,5 г, лук репчатый 10 г, перец красный 0,5 г, уксус 3% – ный 5 г,

## Шашлык из баранины по-таджикски

Мякоть баранины нарезать кусочками по 40 г, смешать с кусочками нарезанного курдючного сала, луком, специями по вкусу, полить соком лимона, оставить в холодном месте на 2-3 часа. Подготовленное мясо вынуть из маринада, очистить от лука. Нанизать кусочки мяса на шампуры, чередуя их с кусочками курдючного сала, и обжаривать над углями. Готовый шашлык полить лимонным соком. Подавать с горячими помидорами, запеченными на шампурах отдельно.

## Шашлык любительский

Мякоть задней ноги, корейку баранины нарезают на куски 40—50 г, смешивают с мелкорубленным зеленым луком и

курдючным салом, нарезанным тонкими ломтиками, посыпать солью, молотым черным перцем, поливают сухим красным вином и ставят в прохладное место на 3 часа. Затем мясо нанизывают на шампуры вперемежку с ломтиками курдючного сала и обжаривают на раскаленных углях. Отдельно обжаривают помидоры, также нанизанные на шампуры. При подаче на блюдо укладывают вперемежку шампуры с мясом и помидорами, посыпают рубленой зеленью, поливают лимонным соком. Отдельно подают сок из помидоров или салат из свежих овощей.

# Шашлыки из птицы и рыбы

## Шашлык из курицы

Тушку курицы нарубить на одинаковые кусочки по 30—40 г, добавить нашинкованный лук. Мариновать в растворе лимонной кислоты или в 3% – ном уксусе, или во фруктовом уксусе около трех часов. Мясо в маринаде находится в прохладном месте. После маринования нанизать кусочки курицы на шампур и жарить над углями, смазывая шашлык растительным маслом и поливая оставшимся маринадом. Подавать шашлык из курицы горячим со свежими овощами.

## Шашлык из тушки птицы

Отваренную до полуготовности тушку курицы или утки натереть внутри солью, специями, красным и черным перцем, слегка смазать растительным маслом. Крепко связать крылышки и ножки. Затем всю тушку птицы смазать растительным маслом с солью снаружи. Надеть тушку на два шампура, чтобы было удобнее поворачивать. Жарить птицу над углями до готовности. Готовую тушку разрубить, положить на бумагу, пересыпать рубленым чесноком и зеленью, завернуть и подержать минут 10, чтобы придать шашлыку аромат. К горячим шашлыкам подавать острый томатный соус.

## Шашлык из курицы в ореховом маринаде

Куриное мясо нарезать небольшими кусочками и натереть смесью из мелко нарезаного лука, растертого чеснока, поджаренных и растолченных орехов и растительного масла. Подготовленное мясо оставить на 30 минут. Затем посолить и поперчить по вкусу. Нанизать кусочки на шампуры и, непрерывно поворачивая их, обжарить над горячими углями до готовности. К горячим шашлыкам подать острый соус из томатов.

## Шашлык из осетрины

Мякоть рыбы без кожи и хрящей или без реберных костей и кожи нарезают на два тонких удлиненных куска на порцию, посыпают солью, черным молотым перцем, нанизывают на шпажку, смазывают сметаной и жарят над раскаленными углями.

Готовую рыбу снимают с шампура, выкладывают на блюдо, гарнируют шинкованными кольцами лука, украшают зеленью петрушки. Отдельно подают соус ткемали или другой острый соус. Можно подавать и на шампуре.

Осетрина или севрюга 416 г, сметана 3 г, лук репчатый 48 г, зелень петрушки 5 г, соус ткемали 50 г, специи, соль.

Выход – 240 г (с соусом ткемали).

## Шашлык из морской рыбы

Шашлык – ассорти делается из филе нескольких сортов морской рыбы: ставриды, трески, окуня. Филе нарезают кусочками, посолить, поперчить, добавить нарубленую зелень укропа и петрушки, полить лимонным соком и выдержать один час. Затем смазать кусочки рыбы сметаной, нанизать на шампуры и жарить на мангале или над углями костра.

# Гарниры и приправы к шашлыкам

Зеленый лук очищают, промывают и нарезают на части длиной 6 – 10 см. Репчатый лук шинкуют тонкими кольцами. Лимон нарезают дольками. У баклажан обрезают плодоножки, промывают, делают разрез вдоль и удаляют семена, в разрез укладывают тонко нарезанное сало, заправленное зеленью, стручковым перцем, солью. Подготовленные баклажаны нанизывают поперек на шампур и жарят над раскаленными углями.

Помидоры промывают, надевают на шампур и также жарят над раскаленными углями.

1-ый вариант: лук репчатый 60 г, лимон 25 г.

2-ой вариант: лук зеленый 40 г или репчатый 35 г, огурцы соленые 75 г или помидоры 80 г.

3-й вариант: лук зеленый 50 г или репчатый 45 г, баклажаны 95 г, помидоры 55 г, для фарширования сало 10 г, зелень (укроп, кинза) 2 г, перец стручковый, соль.

## Соус ткемали из слив

Перебранные, промытые сливы кладут в кастрюлю, заливают водой так, чтобы она только покрывала их и варят. Отвар процеживают, сливы без косточек протирают через сито, разводят отваром до густоты сметаны, добавляют толченый чеснок, молотый перец, мелко нарезанную зелень, соль, стручковый перец, перемешивают, кипятят и охлаждают.

100 г сушеных слив, чеснок, соль, перец, зелень петрушки или кинзы.

## Приправа чесночная

Чеснок очистить, раздавить чесночницей или тщательно растолочь. Затем всыпать его в предварительно сильно перекаленное и слегка остывшее растительное масло и немного протушить на слабом огне, чтобы чеснок отдал в масло сок. Добавить молотый красный острый перец, все хорошо перемешать и перелить в стеклянную банку.

Для приготовления приправы взять 200 г чеснока, 50 г растительного масла и 2 чайные ложки молотого красного острого перца.

## Соус горчичный

В стеклянную банку (200 г) всыпать просеянный порошок горчицы. Затем взять холодную воду и размешать, чтобы получилась масса средней густоты. Добавить в нее сахар, соль, 3% – ый уксус и растительной масло.

Все тщательно перемешать, плотно закупорить банку и поставить в теплое место на 12 часов. Готовый горчичный соус хранить в холодильнике.

## Приправа из зеленых листьев чеснока

Для приготовления приправы собирают молодые листья чеснока или чеснок с молодыми сочными луковицами и хорошо их промывают в холодной воде. Листья нарезают короткими кусочками, добавляют соль и хорошо перемешивают. На 1 кг зеленых листьев берут 200 г соли. Полученный продукт закладывают в банки и плотно закрывают.

Хранят в прохладном месте. Если банки хранятся в холодильнике, их можно закрыть полиэтиленовыми крышками.

## Соус томатный из свежих помидоров

Перебрать свежие помидоры, удалить плодоножки, вымыть в холодной воде, нарезать на дольки, протереть через сито, уварить до консистенции густых сливок, заправить сливочным маслом, молотым перцем, солью.

1, 5 кг. помидоров, 300 г. сливочного масла, 2 г. молотого перца, соль по вкусу.

## Соус томатный с вином

Томатный соус нагревают до кипения и вливают в него сухое белое виноградное вино, добавляя сливочное масло.

Для приготовления соуса необходимо взять томатного соуса (900 г), 100 г. белого сухого вина и 70 г. сливочного масла.

# Охотничья кухня

# Как сохранить дичь от порчи

Пернатую дичь на охоте надо подвешивать к поясу, в таком положении обдувается ветром, быстрее остывает, обсыхает и, соответственно, не портится. В жаркую погоду непотрошеная пернатая дичь сохраняется не более 8-10 ч. Дичь, упакованная в рюкзак или в полиэтиленовый пакет, испортится за несколько часов.

Чтобы подольше сохранить дичь, ее надо сразу же выпотрошить. Мыть и солить дичь изнутри не стоит. Выпотрошенная пернатая дичь летом может сохраняться сутки. Чтобы увеличить срок хранения, в выпотрошенную тушку кладут ветки можжевельника или листья крапивы. Более опытные охотники всегда имеют в рюкзаке луковицу или головку чеснока. Лук или чеснок, очищенные и нарезанные дольками, вводят в пищевод птицы через клюв.

Для этой же цели можно использовать сухую горчицу, засыпая ее внутрь тушки и под перья.

У зайца сразу же отжимают мочу. Делается это так: подняв тушку за передние лапы, с силой проводят ладонью вниз (выжимают) по брюшку.

Непотрошеная тушка зайца в прохладном месте может сохраняться до 3 дней, выпотрошенная и в шкуре – до недели. Если вы не собираетесь сразу же готовить, тушку надо выпотрошить (шкуру снимать не следует) и заморозить.

Более хлопотно сохранять диких копытных животных. Они должны быть без промедления обескровлены и выпотрошены. Если не выпотрошить, к примеру, лося в течение 3 ч после удачного выстрела, то мясо приобретет неприятный запах, еще через некоторое время оно станет совершенно непригодным в пищу.

С другой стороны, не стоит торопиться готовить из только что убитого животного жаркое. Мясо будет жесткое и сухое. Надо дать мясу «созреть». «Созревает» мясо 8-12 ч, тогда оно становится сочным и приобретает аромат. Верный признак готовности мяса к кулинарной обработке – подсохшая корочка, которая, кстати, защищает мясо от порчи. С ней мясо может храниться в прохладном месте 3-4 суток. Если мясо хранили правильно, оно имеет обычный запах, при нажатии пальцем образовавшаяся ямка быстро выравнивается, а при разрезе мясо выделяет сок.

# Как подготовить дичь к кулинарной обработке

Пернатую дичь легче ощипать, если тушку обдать кипятком.

Потом тушку следует натереть мукой, тогда оставшиеся мелкие перья и пух обсохнут и поднимутся дыбом – теперь ее можно опалить. (Иногда вместо опаливания счищают перья и пух, натирая тушку куском свиного сала, завернутым в холщовую ткань.)

Мясо некоторых птиц (нырковых уток и лысух) издает неприятный запах. Их обрабатывают иначе: снимают кожу вместе с перьями, а затем счищают с тушки подкожный жир, который как раз и хранит неприятный запах.

Как обычно, при потрошении стараются не раздавить желчный пузырь, вместе с внутренностями удаляют и легкие. Сердце, печень и желудок употребляют в пищу только у свежей дичи.

Охотничья добыча бывает разной. Мелкую дичь – бекасов, дупелей, вальдшнепов, перепелов – готовят целой тушкой. Дичь покрупнее – чирков, диких голубей и куропаток – можно готовить как целой, так и разрезанной на части. Крупную дичь – глухарей, гусей, крякв, тетеревов – также можно готовить целиком или разрезав на куски, определяющим в этом отношении является блюдо, которым решили полакомиться. Если дичь начиняют, резать ее, конечно, не надо. Начинка может быть самой разнообразной – яблоки, сливы, свежая или моченая брусника, клюква или другие ягоды. Начиняют тушки свежей или квашеной капустой, маринованными грибами, гречневой кашей с яйцом и луком, орехами. Внутрь начиняемой тушки рекомендуется положить несколько кусочков свиного сала или сливочное масло – тогда мясо будет сочнее. Гурманы, любящие специфический привкус дичи, внутрь тушки кладут ягоды можжевельника и несколько кусочков сахара. Теперь остается зашить тушки или скрепить оструганными палочками, если под рукой не окажется иголки с ниткой.

Подготовку зайца к кулинарной обработке начинают со снятия шкурки.

Для этого тушку зайца подвешивают за заднюю ногу на крюк. Делают надрез по внутренней стороне задних ног. Потом осторожно, чтобы не повредить, «чулком» стягивают шкурку вниз, подрезая ножом соединения мездры с тушкой. Сняв шкурку, тушку потрошат. Затем отрезают голову. Если собираются

использовать кровь, ее собирают в отдельную миску. (Кровь, печень и сердце зайца годится для приготовления блюд.)

Когда кровь стечет, вынимают легкие, сердце и печень, удаляют пищевод и трахею.

Относительно мяса диких копытных животных. Напомним, что оно должно обязательно пройти ветеринарный контроль. Что касается разделки туш, она практически не отличается от разделки туш домашних животных – коров, свиней и овец.

Самое нежное мясо – вырезка. Это две длинные мышцы вдоль позвоночника. Вырезку используют чаще всего в жареном виде. Для жаренья годятся также верхние участки спинной и поясничной части. Тушат и готовят фарш из мяса передних и задних ног. В вареном виде хороша грудинка, а также менее мясистые части ног.

Печень, сердце, почки, легкие, мозги и язык диких копытных перед кулинарной обработкой необходимо очень внимательно осмотреть и при появлении сомнений относительно их качества лучше воздержаться от употребления в пищу.

# Специфика кулинарной обработки охотничьих трофеев

Мясо дичи отличается высокой плотностью, что вызывает необходимость его размягчения. Обычно добиваются этого маринованием.

Маринад – это раствор столового или виноградного уксуса. На 1 л воды берут 1-2 стакана 3% – ного столового уксуса. В смесь добавляют сахар, соль, а также ароматические приправы – морковь, петрушку, репчатый лук, чеснок и специи. Вместо уксуса для маринования мяса дичи можно использовать сухое вино, огуречный рассол, сок квашеной капусты, молочную сыворотку. Мясо заливают маринадом полностью.

Пернатую дичь маринуют до суток, зайца – до 2 суток, а мясо диких копытных животных – до 5 суток. Более крепкий (с высоким содержанием уксуса) маринад используют для подготовки мяса старых диких копытных животных, время маринования его также увеличивается. Мясо дичи, хранившееся в замороженном виде, также стоит выдерживать в более крепком растворе.

Пренебрегать маринованием не следует, поскольку помимо размягчения маринад придает мясу аромат, устраняет нежелательный запах. В крепком маринаде с добавлением пряных специй надо выдержать мясо кабанов-секачей, убитых а период гона, так как их мясо в это время отдает неприятным запахом. Кроме упоминавшихся нырковых уток и лысух, мясо которых имеет специфический запах, желательно мариновать и другую водоплавающую дичь.

Дичь куриных пород маринуют с минимумом специй (вместо уксуса лучше использовать сухое вино). Вообще не маринуют мясо рябчиков, бекасов, дупелей, вальдшнепов.

Применять специи надо осторожно, т. е. так, чтобы сохранить присущий мясу дичи специфический вкус и аромат.

## Предлагаем несколько рецептов для маринования дичи.

На 2 л воды берем 2 чайные ложки соли, 1-2 лавровых листа, 2-3 гвоздики, половинку толченого мускатного ореха, 2-3 корешка петрушки и кипятим смесь 3-5 мин. Потом добавляем 2-3 нарезанные кольцами луковицы, 2-3 нарезанные моркови, 5-6 долек чеснока, вливаем полстакана столового уксуса, даем еще немного покипеть, слегка охлаждаем маринад и заливаем им мясо.

Посуду, в которой маринуется дичь, надо закрыть плотной крышкой, чтобы не выветривался запах специй.

Еще один рецепт, который приписывается французской кухне, поскольку его основу составляет вино.

Берем 0,75 л красного или белого сухого вина, полстакана виноградного уксуса, 2-3 нарезанные моркови, 2-3 нарезанные луковицы, 1-2 гвоздики, 1-2 лавровых листа, 1-2 дольки чеснока, по половине чайной ложки тмина и душистого перца.

Смесь держат на малом огне, пока его объем не уменьшится на треть. Затем маринад охлаждают, процеживают и заливают им мясо.

Следующий важный этап подготовки дичи – шпигование салом. Сало придает мясу сочность.

После маринования мясо дичи промокают тканью и шпигуют свиным салом. Делается это так. Сало нарезают тонкими кусочками длиной 3-5 см. Острой деревянной палочкой в мясе вдоль волокон делают проколы, в которые вкладывают сало.

Так шпигуют мясо диких копытных животных, мясистые куски зайца и крупную пернатую дичь. Мелкую и среднюю пернатую дичь, которую готовят целой тушкой, достаточно обложить тонкими кусочками сала.

Можно шпиговать мясо диких животных и дичь дольками чеснока.

# Способы кулинарной обработки дичи

## Варка

Самый простой способ приготовления блюд.

Подготовленное мясо кладут в воду и варят до готовности. Получается отварное мясо, которое можно использовать в качестве самостоятельного блюда, и бульон для приготовления супов и соусов.

Существенное уточнение: мариновать мясо, предназначенное для варки, необходимости нет. А чтобы мясо получилось более сочным, его опускаютт в кипящую воду и варят до готовности около 1,5-2ч. Как и мясо домашних животных, мясо дичи будет мягче, если на 1 л бульона добавить столовую ложку лимонного сока.

Отварное мясо можно употребить в таком виде, а можно и разнообразить меню: полить куски мяса растительным маслом и обжарить до образования корочки на сковороде или над углями костра.

Если нужен наваристый бульон, мясо кладут в холодную воду и варят более длительное время.

Более вкусные бульон и отварное мясо пернатой дичи куриных пород – перепела, куропатки, рябчика, глухаря, тетерева и фазана. Очень вкусное отварное мясо диких голубей.

Из диких копытных животных для варки предпочтительнее мясо косули, оленя, лося.

## Тушение

Этот способ кулинарной обработки делает плотное мясо дичи более мягким.

Мясо тушат в небольшом количестве воды (1 стакан на 1 кг мяса) на малом огне. Тушить можно не только в воде, но также в бульоне, сметане, сухом вине. Время приготовления зависит от вида и возраста дичи. Так, мелкую пернатую дичь тушат 30—40 мин, а мясо старых лосей – до 4 ч.

Перед тушением рекомендуется мясо дичи слегка обжарить в сильно разогретом жире или над костром до образования корочки. В кастрюлю для тушения мяса кладут лук и морковь, томат, зелень, специи.

В последнюю очередь добавляют муку – она придает блюду необходимую консистенцию и своеобразный вкус. Муку

предварительно пассеруют, т. е. подсушивают на сковороде без жира или обжаривают на жире (масле). Подсушенная мука сохраняет свой натуральный цвет – это белая пассеровка. При более сильном и длительном нагревании мука становится светло – или темно-коричневой – это красная пассеровка. Выбирать белую или красную пассеровку удобно дома, но не всегда возможно делать это в поле или лесу. Выход такой: пассеровку муки заменяют растиранием ее со сливочным маслом или разведением в воде (бульоне). Добавлять в кастрюлю неспассерованную или неразведенную муку нет смысла, так как она заварится в комки.

## Жаренье

Жарят дичь на жиру. При этом используются сковороды, противни, утятницы.

Пернатую дичь жарят целиком или разрезанную на куски. Из тушки зайца используют задние ноги и поясничную часть. Мясо диких копытных животных можно жарить в любом виде и готовить самые разные мясные блюда: котлеты, бефстроганов, азу, гуляш, бифштекс, антрекот, эскалоп, можно зажарить мясо целым куском до 2-3 кг. Перед жареньем мясо обмазывают сметаной (для образования румяной корочки) и обжаривают со всех сторон в сильно нагретой жаровне.

Время жаренья зависит от величины тушки птицы или куска мяса, возраста птицы или животного. Солят мясо перед окончанием приготовления блюда.

В процессе жаренья мясо поливают вытопившимся соком. Для определения готовности блюда острой палочкой делают прокол в самом толстом месте куска. Если мясо готово, из прокола выделяется прозрачный мясной сок без примеси крови.

## Запекание

Запекание – это приготовление мяса в собственном соку. Чтобы из мяса не вытекал сок, на нем должна образоваться корочка. Для этого мясо нагревают над углями. Чтобы корочка образовалась быстрее и была ровной, мясо рекомендуется обмазать сметаной или сырым яйцом (для этой цели подойдет и майонез).

Запекают мясо в фольге или тесте. В фольге запекают мясо без костей. Мясо с костями и пернатую дичь лучше запекать в тесте. Время запекания зависит от размеров куска. Кусок массой около 1 кг запекается 1-1,5 ч, 2 кг – около 2 ч.

## Блюда из сырого мяса дичи

Для их приготовления надо наиболее качественное свежее мясо дичи. Так как блюда готовятся без термообработки, нужно быть абсолютно уверенным в доброкачественности продукта.

## Строганина

Приготовление строганины предельно просто. Берется промороженный насквозь кусок сырого мяса или печени и с него острым ножом срезаются очень тоненькие ломтики – они должны просвечиваться и завиваться кольцами. Ломтики берут рукой, обмакивают в соль и едят.

Сибиряки готовят к строганине острый соус из уксуса, горчицы, соли, перца с добавлением нарезанного репчатого лука и чеснока.

## Бифштекс из сырой вырезки

Это блюдо входит в меню лучших ресторанов как свидетельство доброкачественности используемых продуктов.

Бифштекс из сырой вырезки можно приготовить после удачной охоты на оленя, косулю или лося. При разделке туши отделяют вырезку, затем мясо должно остыть и «созреть», для чего понадобится не менее 6-8 ч. Очищенные от пленок куски вырезки слегка отбивают и острым ножом готовят фарш, нарезая мясо поперек волокон.

Порцию – 100—150 г фарша – укладывают на тарелку в виде лепешки. В центре лепешки делают небольшое углубление, в которое кладут сырой яичный желток. Сверху засыпают мелко нарезанным репчатым луком и зеленью кинзы и петрушки.

Соль, перец, уксус и другие приправы и соусы подаются отдельно.

## Закуска по-корейски

Свежую вырезку косули или оленя нарезают полосками длиной 5-6 см вдоль волокон. (Для этого блюда годится мясо из грудки пернатой дичи.) Мясо укладывают в стеклянную банку и наливают в нее уксусную эссенцию, кладут нарезанный кольцами репчатый лук, дольки чеснока, посыпают солью и красным перцем. Банку закрывают полиэтиленовой крышкой и выдерживают 1,5-2 ч, периодически встряхивая, чтобы кусочки мяса смачивались эссенцией. Закуска готова.

Рецептура: на 1 кг мяса 2 столовые ложки уксусной эссенции, 2-3 луковицы, 1 головка чеснока, 1 столовая ложка соли и 1 чайная ложка красного перца.

## Готовим дичь на костре

### Приготовление дичи на вертеле

Самый и простой и доступный способ приготовления дичи на костре – на вертеле. В походных условиях обычно используют прямые ольховые, ореховые или кленовые ошкуренные ветки. Толщину вертела надо рассчитывать, исходя из веса тушки птицы или куска мяса. Важно, чтобы под тяжестью мяса ветка не прогибалась слишком сильно, а длину ее подбирают так, чтобы при приготовлении блюда можно было находиться подальше от костра и не обжечь руки. Обычная блина вертела – не менее 1 м. Один конец вертела держат в руке, а другой, чтобы не уставали руки, следует положить на рогульку с противоположной стороны костра.

На вертеле можно готовить любую пернатую дичь, но вкуснее всего получаются дикие утки, особенно нырковые. Последнее объясняется просто: запах дыма отбивает присущий им специфический запах, над огнем костра мясо подкопчивается.

Итак, выпотрошенную тушку надеваем на вертел и закрепляем проволокой (только не медной), нитками или специально оставленным на вертеле сучком, можно закрепить и лыком. (Важно, чтобы вертело не прокручивалось в тушке.) Внутренность тушки желательно чем-нибудь начинить – блюдо будет сочнее. В этом случае тушку надо зашить.

Кряква готовится около 1 ч, а чирок и нырок минут 45.

Когда готовят крупные куски мяса, вертел нужен потолще. В той части, где будет располагаться мясо, вертел выстругивают плоским или в виде ромба, чтобы кусок мяса проворачивался вместе с вертелом. Мелкие кусочки мяса при отсутствии плоских металлических шампуров насаживают на два прутика. Чтобы прутики не сломались, в каждом кусочке мяса делают острой палочкой отверстия, куда и вставляют прутики. Поскольку прутики над костром сильно прогнутся, под ними устанавливают поддерживающую поперечину из толстой сырой ветки.

Сложность, а одновременно и искусство приготовления мяса на вертеле состоит в том, чтобы выбрать оптимальный тепловой режим. Мясо должно печься, а не пригорать. Поэтому в самом начале мясо несколько минут выдерживают в самом горячем месте костра, чтобы образовалась корочка, а потом – при более

или менее равномерной температуре. Угли должны излучать жар, а не гореть пламенем.

Наиболее распространенная ошибка новичков, пытающихся готовить мясо на вертеле, заключается в том, что они держат мясо слишком близко к углям. При этом мясо пригорает или высушивается. Придерживайтесь следующего правила: чем крупнее кусок мяса, тем выше над углями надо держать вертел.

## Приготовление дичи в глине

Для приготовления этого блюда, кроме дичи, нужна глина, причем не любая. Прежде надо проверить, годится ли глина, которая оказалась под рукой, для достижения поставленной цели. Скатайте из нее несколько шариков и положите их в костер. Если шарики спекутся в крепкие комочки, не рассыпятся, то глина пригодна.

В глине готовят дичь куриных пород и диких голубей, другая дичь по вкусовым качествам значительно им уступает. Можно готовить в глине и уток: крякву и чирка, но не нырковых уток.

Поготовка дичи к кулинарной обработке в данном случае имеет свою особенность. Тушку потрошат, но перо с нее не ощипывают. Отрезают шею и крылья, промывают тушку изнутри и солят. Тушку можно начинить, положив внутрь ягоды или фрукты. Затем тушку обмазывают глиной слоем около 2 см. Глину забивают под перо. Костер разгребают, в золе делают ямку соответсвующей формы и помещают в нее подготовленную тушку. Сверху поддерживают небольшой костер, на котором можно готовить другие блюда.

Время приготовления блюда зависит от величины тушки и возраста птицы – примерно от 1 ч до 2 ч. Потом «изделие» вытаскивают из костра и разбивают. Перья, впекшиеся в глину, отстают от мяса вместе с ней. Экзотическое блюдо готово.

## Приготовление дичи в золе

Для этой технологии приготовления дичи нужна фольга. Тушку пернатой дичи, в том числе мелкой и средней, разрезают на половинки, натирают солью, обкладывают тонкими ломтиками сала и заворачивают в фольгу. Сверток закапывают в золу, а сверху засыпают углями.

Искусство приготовления этого блюда заключается в умении своевременно вынуть из костра сверток с дичью. Процесс идет очень быстро. Мелкая дичь запекается в фольге за 10—15 мин.

Для ориентации можно следить за фольгой: при появлении на ней коричневых пятен блюдо подгорает.

Одновременно с дичью в фольге можно запекать рыбу, картофель, яблоки и т. д.

Если нет фольги, мелкую и среднюю пернатую дичь можно приготовить целой тушкой в горячей земле под костром. Подготовленную тушку обертывают листьями лопуха, кувшинки, клена и обвязывают лыком. В земле выкапывают ямку, кладут в нее тушку, засыпают землей слоем 2-3 см и утрамбовывают землю. Сверху разводят костер.

Дичь средних размеров запекается таким способом не менее 1 ч.

## Копчение дичи

Копченая дичь очень аппетитна, обладает приятным ароматом и нежным вкусом. Особенно ценятся копченые чирки и перепела.

Самый простой и быстрый способ копчения – горячее копчение предварительно отваренной тушки непосредственно в дыму костра.

Выпотрошенные тушки разрезают на половинки. У крупной пернатой дичи можно сделать на грудке надрезы. Мясо опускают в кипящую соленую воду (2 столовые ложки соли на 1 л воды) на 10—15 мин. Потом мясо вынимают из кастрюли и подвешивают на перекладину с той стороны костра, куда идет дым. В костер подбрасывают сырых веток. Коптят дичь около 1 ч.

Это горячее копчение. Приготовленная таким способом дичь долго не хранится, ее употребляют сразу.

Для горячего копчения в загородных условиях очень удобны портативные металлические коптильни, представляющие собой емкость с крышкой. Внутри емкости устанавливается одна или несколько решеток, на которые кладут мясо для копчения.

Сначала дичь маринуют в крепко соленом растворе – 1-2 столовые ложки соли на 1 л маринада. Тушки разрезают на половинки. После маринования мясо обтирают тканью и подвешивают в тени на 1-2 ч, чтобы оно подвялилось.

Дно коптильни устилают опилками и шишками ольхи, тонкими стружками ошкуренных веток. На решетку разрезом вниз укладывают мясо дичи. Коптильню закрывают и устанавливают на костре.

Искусство копчения – выбрать оптимальный температурный режим. Обычно время копчения не превышает 3-3,5 ч или 1,5-2 ч, если дичь предварительно отварили до полуготовности.

Сначала процесс копчения должен протекать при температуре 45—50° С, потом – 55—60°С. В ходе копчения коптильню не открывают, чтобы не нарушать режим сухой возгонки стружек.

Чаще всего первый опыт горячего копчения дичи оканчиваются неудачно. Причина: коптильню ставят в слишком жаркое место костра, в результате чего дичь получается не копченой, а печеной, и слишком сухой. Но отчаиваться не следует. Опыт подскажет, как правильно выбирать и поддерживать режим горячего копчения. Приготовленное таким способом ароматное мясо золотистого цвета хранится около недели.

# Блюда из дичи

## Водоплавающая и болотная дичь

Крякву и чирка называют «благородными» утками, мясо этих птиц ценится очень высоко. Средняя масса кряковой утки около 1 кг, селезня – около 1,5 кг.

Существует несколько видов чирков, наиболее распространены чирок-свистунок и чирок-трескунок. Масса чирка – 300—500 г. Мясо всех видов чирков по вкусовым качествам занимает первое место среди водоплавающей дичи.

Кряквы и чирки являются самой распространенной добычей на охоте.

Лучшие способы приготовления блюд из мяса кряквы и чирка – жаренье и тушение. В походных условиях рекомендуется запекать их на костре на вертеле. Очень вкусны чирки горячего копчения. Из этой дичи можно также сварить суп.

Перед приготовлением мясо уток рекомендуется мариновать в крепком маринаде.

Из нырковых уток наиболее распространены гоголь, хохлатая и морская чернеть, красноносые, красноголовые и белоглазые нырки, поганки.

Вес нырковых уток около – 0,8-1 кг, красноносый нырок весит – до 1,5 кг. Мясо нырковых уток имеет рыбный запах. Для его устранения необходимо снять с тушки кожу и соскоблить подкожный жир.

Тушки нырковых уток рекомендуется до суток мариновать в крепком и терпком маринаде или вымачивать в холодной воде. Наиболее вкусное мясо у гоголя и красноголового нырка, с их тушек кожу можно не снимать.

Лучшие способы приготовления блюд из мяса нырковых уток – тушение и жаренье со специями и приправами. В походных условиях можно запекать на вертеле. Суп из нырковых уток не варят.

Дикий гусь – редкая добыча охотника.

Различают серого гуся и гуся-гуменника, которые внешне мало отличаются друг от друга. Масса тушки дикого гуся около 6 кг. Мясо диких гусей рекомендуется жарить и тушить.

Лысуха – это крупная болотная птица массой около 1 кг. У нее черное оперение и характерная белая бляшка на голове. Мясо лысухи довольно вкусное, хотя и жестковатое. Перед приготовлением его рекомендуется мариновать.

Лучший способ приготовления – тушение со специями и приправами. В походных условиях рекомендуется запекать на вертеле.

Среди болотных куличков следует выделить бекаса, дупеля и гаршнепа. Этих куличков называют «красной дичью» не только за знаменитый вкус мяса, но и за трудность стрельбы по ним. В «Записках ружейного охотника Оренбургской губернии» С. Т. Аксаков писал, что бекас, дупель и гаршнеп известны необыкновенной деликатностью вкуса мяса.

Бекас, дупель и гаршнеп похожи, но отличаются размерами. Бекас весит 100—120 г, дупель около 200 г, а гаршнеп весит всего 60—70 г.

Бекасов, дупелей и гаршнепов рекомендуется готовить непотрошеными. Лук, чеснок, лавровый лист и другие специи при приготовлении блюд из этих куличков не применяются.

## Суп и жаркое из кряквы и чирков с луком и помидорами

Тушки кладут в холодную воду и варят 1-1,5 ч, затем мясо вынимают.

Мелко нарезают репчатый лук и поджаривают его на сливочном масле до розового цвета. Поджаренный лук опускают в кипящий бульон, добавляют мелко нарубленную зелень петрушки или кинзы и кипятят 10—15 мин. Затем шумовкой вынимают лук и зелень из бульона и опускают в кастрюлю на 3-5 мин спелые помидоры.

Вынимают помидоры, разминают их в отдельной миске с мелко нарубленным чесноком и жидкость сливают в бульон, чтобы придать ему кисловатый вкус. Добавляют в бульон немного корицы и красного молотого перца.

Муку пассеруют со сливочным маслом, разводят бульоном и добавляют в кастрюлю. Разболтанное сырое яйцо вливают в кипящий бульон, энергично размешивают и снимают кастрюлю с огня. Готовый суп заправляют мелко нарубленной зеленью.

Сваренных ранее уток разрезают на куски, смешивают с извлеченным из бульона луком, мякотью помидоров и чеснока, добавляют сливочное масло, немного бульона, посыпают красным молотым перцем и спассерованной мукой. Тушат на слабом огне 5-10 мин. Готовое блюдо посыпают мелко нарубленной зеленью.

На 1 крякву или 2 чирков: 1,5-2 л воды, 3-4 луковицы, 3-4 помидора, 2-3 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 1 сырое яйцо. Соль, красный перец, корица, зелень, чеснок добавляют по вкусу.

## Гусь, жареный с яблоками

Подготовленную тушку гуся шпигуют брусочками свиного сала, внутреннюю полость тушки начиняют очищенными от кожицы и семян антоновскими яблоками. Внутрь кладут кусочки сала и сахара.

Обмазывают тушку сметаной и в сильно нагретой жаровне обжаривают до образования корочки. Затем помещают жаровню с тушкой гуся в духовой шкаф или в русскую печь (в походных условиях духовой шкаф может заменить портативная коптильня) и держат 2-3 ч в умеренном жару, поливая вытопившимся соком.

На 1 гуся: 1 кг яблок, 100—200 г сала, 5-6 кусочков сахара, 100 г сливочного масла или свиного жира, 100 г сметаны.

Так можно готовить крякву и чирков.

## Лысуха, тушеная с можжевеловыми ягодами (по-походному)

С тушки лысухи снимают кожу вместе с перьями, очищают ее от подкожного жира, разрезают на 4-6 кусков и маринуют мясо 12—24 ч или выдерживают в холодной воде. В котелке поджаривают на растительном масле репчатый лук.

Куски мяса, насадив на вилку, обмакивают в растительное масло и держат над углями костра до образования корочки. В котел на поджаренный лук кладут куски мяса.

Наливают стакан кипятка и тушат около 1 ч. За 15 мин до готовности солят, кладут спелые (синие) можжевеловые ягоды, дольки чеснока, черный или красный перец, лавровый лист, добавляют спассерованную муку для загустения соуса.

На 1 лысуху: 1-2 луковицы, 1-2 столовые ложки можжевеловых ягод, 4-5 долек чеснока, 50 г растительного или сливочного масла, 1/2 столовой ложки муки. Соль и другие специи по вкусу.

## Нырковые утки, запеченные на вертеле

С нырков снимают кожу с перьями, очищают тушки от подкожного жира и маринуют 12—24 ч или выдерживают в холодной воде. Ввнутреннюю полость начиняют маринованными грибами, добавляют маленькие кусочки сала или ложку сливочного масла. (Вместо грибов можно использовать лесные или садовые яблоки, сливы.)

Тушки обертывают тонкими ломтиками свиного сала и обматывают толстыми нитками или шпагатом. Потом закрепляют

на вертеле.

Запекают над углями костра, сначала до образования корочки на более сильном огне, потом – на умеренном около 1 ч, не допуская пригорания.

На 1 нырка: 200—300 г начинки, 100—150 г сала.

Так можно приготовить крякву, чирка, лысуху.

## Бекасы и дупеля жареные

Эту дичь рекомендуется готовить непотрошеной. Птиц ощипывают, вместо опаливания оставшиеся перья и пух очищают куском сала, завернутым в холщовую ткань. Голову не удаляют, а подвертывают под крыло.

Тушки обертывают тонкими ломтиками сала и обматывают толстыми нитками. Вместо сала можно обильно смазать тушки сливочным маслом и обернуть смородиновым листом. Жарят в массивной жаровне в большом количестве свиного жира или сливочного масла. В разогретую жаровню куличков сначала кладут на спинку. Дело в том, что, дробь, которая поразила птицу, могла попасть и в желчный пузырь. Поэтому лучше, если горький сок, который будет выделяться при жаренье, стечет на менее мясистую спинку.

Жарятся бекасы и дупеля не более 12—15 мин. Внутренности птиц спекаются в компактный комочек и легко удаляются из готовой тушки.

На 1 дупеля: 30—50 г свиного сала или 10—20 г сливочного масла.

Этим способом можно готовить и вальдшнепов.

## Боровая дичь

Рябчик. Мясо рябчиков считается очень вкусным и нежным. Средняя масса тушки – 300—400 г.

По качеству мяса рябчик занимает первое место среди куриных пород боровой дичи. Мясо белое, с розоватым оттенком. Потемнение его является признаком неправильного хранения. Мясо рябчика обычно не маринуют. Чтобы блюдо было более сочным, тушку кладут в холодное молоко, доводят его почти до кипения и сразу же вынимают тушку.

Очень вкусное жареное, тушеное и запеченное мяса рябчика. В походных условиях из рябчиков варят суп, запекают на вертеле или в глине.

Тетерев – довольно крупная птица, масса петухов-косачей достигает 1,5 кг. Перья у косачей черные, под крыльями – белые

подмышки. Перья хвоста загнуты в виде лиры. Самки меньше по размеру, их оперение рыжевато-серое, скромное.

Мясо тетеревов никогда не бывает особенно жирным. Грудка состоит из двух слоев: верхний – темное мясо, нижний – бело-розовое, как у рябчика.

Мясо молодых тетеревов сочное и нежное. Мясо старых петухов-косачей более жесткое. Мясо молодых тетеревов рекомендуется жарить и запекать, мясо косачей – тушить и варить.

В походных условиях мясо тетерева варят, запекают на вертеле или в глине.

Белая куропатка меняет оперение в зависимости от времени года. Весной оно темно-рыжее, каштановое, летом окраска светлеет и становится более желтой, осенью на светло-рыжем фоне начинают появляться белые пятна. Только зимой оперение белых куропаток чисто белое, на котором ярко выделяется черный клюв, глаза и несколько черных перьев в хвосте.

Масса белых куропаток – 500—800 г. Самцы зимой не отличаются внешним видом от самок, только несколько крупнее. Мясо самок нежнее.

Мясо белой куропатки можно приготовить всеми вышеизложенными способами.

Глухарь – это ценная добыча охотника. Петухи имеют темное оперение, мощный хвост (веер), под клювом растет «борода». Их масса достигает 6 кг. Самки «одеты» в рыже-бурое оперение, их масса 2-3 кг.

Мясо глухарей плотное, темного цвета, но сочное и вкусное. Вкус глухариного мяса улучшается, если неощипанного и непотрошеного глухаря подвесить за голову и выдержать в прохладном месте 2-3 суток. Опытные охотники считают, что глухарь готов для приготовления, когда у подвешенной птицы оторвется под тяжестью тушки голова.

Тушку глухаря, которая хранилась в мороженом виде, желательно мариновать.

Мясо глухаря обычно имеет горьковатый привкус хвои, который можно ослабить, добавив в жаровню красного сухого вина. Мясо рекомендуется шпиговать свиным салом.

В походных условиях глухаря тушат.

Самый крупный из диких голубей – вяхирь – имеет пепельно-сизое оперение, масса тушки – около 600 г. Средний по размеру дикий голубь – клинтух – имеет темное оперение и внешне схож с городским голубем. Масса тушки клинтуха – около 400 г. Самый мелкий дикий голубь – горлица. Масса – около 250 г.

По сравнению с другими видами пернатой дичи мясо диких

голубей особенно вкусно в вареном виде.

Вальдшнеп (лесной кулик) – птица небольшая по размеру, масса тушки – около 300 г. Оперение рыжее, пестрое. У вальдшнепов длинный прямой нос и большие темные глаза. Вальдшнепа, как дупеля и бекаса, относят к «красной дичи» и готовят непотрошеным. Рекомендуется готовить вальдшнепов в жареном виде.

## Суп из рябчика со свежими грибами.

Тушку разрезают на 4-6 кусков и, положив в холодную воду, варят около 30 мин. Грибы (белые, шампиньоны, маслята) мелко нарезают и тушат 8-10 мин на сливочном масле, в конце тушения добавляют 1-2 столовые ложки бульона и немного спассерованной муки. Выкладывают тушеные грибы в кипящий бульон и варят еще около 10 мин. Готовый суп можно заправить мелко нарубленной зеленью.

На 1 рябчика: 1-1,5 л воды, 1 стакан нарезанных грибов, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 чайная ложка муки.

Так можно приготовить суп из тетерева, куропатки, перепелов и фазана.

## Рябчик жареный

Тушку рябчика для большей сочности можно нашпиговать свежим свиным салом, нарезанным брусочками. В этом случае тушку надо предварительно положить в кипяток на одну минуту. Обработанную птицу посолить и обжарить со свиным жиром. Затем закрыть посуду крышкой и на слабом огне довести дичь до готовности. После этого слить жир; в посуду, в которой жарился рябчик, добавить немного коричневого бульона из дичи и прокипятить. Подать птицу в той же посуде, полив маслом. Отдельно к рябчику подают салат, маринованные фрукты или варенье.

Так можно приготовить и куропатку.

1 рябчик, 10 г жира свиного, 5 г масла сливочного, 60 г салата или фруктов, соль по вкусу.

## Рябчик в сметане

Если рябчики куплены а магазине, то их, ощипав и выпотрошив, следует вымочить в холодной воде в течение двух часов, а затем сложить в кастрюлю, залить холодным молоком и

довести молоко до кипения. Только после этого рябчиков можно жарить.

Свежую птицу достаточно предварительно вымочить в воде в течение часа. Голову и крылышки отрубить, ножки оставить целыми, удалив только коготки. Опалить тушку рябчика.

Подготовленную дичь для сочности нашпиговать свежим свиным салом, нарезанным брусочками. Для этого сначала ошпарить дичь в кипятке, ножом или заостренной палочкой сделать в тушках проколы и вставить в них брусочки свиного сала. Тушки разрубить вдоль пополам, посолить, поперчить и обжарить на свином жире в кастрюле до образования корочки, затем добавить в кастрюлю 2 стакана бульона, накрыть крышкой и тушить на слабом огне до полной готовности. На бульоне, в котором тушилась дичь, надо приготовить сметанный соус, залить им рябчиков и прокипятить 1-2 минуты.

Поджарить картофель ломтиками. Дичь уложить на блюдо, вокруг разместить картофель, полить сметанным соусом, посыпать зеленью.

2 рябчика, 50—70 г свежего сала, 20 г свиного топленого сала, 1 стакан сметаны, соль и перец по вкусу.

## Рябчик, тушеный в соусе, с гарниром и гренками

Рябчика поджарить почти до готовности, после чего разрубить на две части, опять положить в сотейник, из которого предварительно надо слить жир, добавить коричневый бульон из дичи (10—15 г), отвар шампиньонов (10—15 г), небольшие головки шампиньонов, оливки без косточек и припущенные петушиные гребешки. Затем залить рябчика соусом с мадерой, накрыть крышкой и тушить 8-10 минут на слабом огне. При подаче рябчика положить в глубокое блюдо вместе с гарниром, полить процеженным соусом. Вокруг расположить гренки, поджаренные на масле и смазанные протертой поджаренной печенкой из дичи или домашней птицы.

Так можно приготовить куропатку и другую более крупную дичь.

1 рябчик, 10 г жира свиного, 20 г шампиньонов, 20 г оливок, 30 г петушиных гребешков припущенных, 75 г соуса, 40 г хлеба пшеничного, 10 г масла сливочного, 40 г печенки куриной.

## Солянка московская на сковороде

Поджарить рябчиков, отделить мясо от костей и сварить из

костей бульон. Квешеную капусту отжать, добавить бульон и тушить до мягкости вместе с кусочками копченой грудинки и 1-2 столовыми ложками томатной пасты. Когда все будет готово, взять глубокую чугунную форму или сковороду, положить на дно ровный слой капусты, на нее – кусочки мяса, перемешав их с нарезанными сосисками, а сверху снова положить капусту. Выровнять верхний слой, залить его густым сметанным соусом с томатом, приготовленным на бульоне из дичи. В солянке сделать несколько глубоких проколов, чтобы она хорошо пропиталась соусом. Когда соус впитается, обсыпать солянку тертым сыром, обрызгать маслом и поставить в разогретую духовку. Как только сыр запечется, сковороду вынуть из духовки и украсить солянку маринованными фруктами, оливками, грибами.

2-3 рябчика, 100 г копченой грудинки, 5 сосисок, 500 г квашеной капусты, 4 столовые ложки томатной пасты, 1 луковица, 2 стакана бульона, 100 г любых маринадов, соль, перец по вкусу, 1/2 стакана тертого сыра.

## Филе рябчика с овощами

Филе рябчика в форме котлеты припустить с маслом. При подаче на блюдо положить крутон из пшеничного хлеба, поджаренного с маслом, а на него – филе. Гарнировать блюдо жареными головками мелкого лука, припущенной в масле морковью, вареными стручками фасоли, зеленым горошком, спаржей, заправленными маслом. Филе полить соусом с мадерой.

На 1 рябчика: 20 г масла сливочного, 30 г хлеба пшеничного, 20 г лука, по 25 г моркови, фасоли, горошка, спаржи, 75 г соуса, соль по вкусу.

## Филе рябчика фаршированное, в сухарях

Филе рябчика отбить в тонкий пласт, с острого конца пласта положить зачищенную косточку от ножки. На середину пласта уложить слой кнельной массы, затем слой паштетной массы и снова слой кнельной массы. Закрыть фарш малым филе и придать котлете плоскую форму, посолить, запанировать в крошках белого хлеба, смочить в яйце и вторично запанировать в крошках белого хлеба. Жарить филе в сотейнике с маслом до готовности.

При подаче филе положить на блюдо и гарнировать картофелем, жаренным соломкой, отдельно подать соус с мадерой, украсить блюдо зеленью.

На 1 рябчика: 15 г масла сливочного, 40 г кнельной массы,

20 г паштетной массы, 1 яйцо, 25 г хлеба пшеничного, 75 г соуса, 100 г гарнира, зелень, моль по вкусу.

## Белая куропатка, тушеная в сметане

Тушку разрезают на половинки или 4 куска. Обжаривают мясо 1-2 мин в разогретом сливочном масле, затем вынимают мясо и обжаривают в том же масле мелко нарезанный лук и морковь 5-6 мин. Снова кладут в жаровню куски мяса и заливают сметаной. Для густоты в сметану добавляют немного спассерованной муки. Из специй можно положить толченый тмин. Тушат на слабом огне около 1 ч.

На 1 белую куропатку: 1-2 луковицы, 1-2 моркови, 1 стакан сметаны, 1 чайная ложка муки, соль и специи по вкусу.

## Глухарь, тушеный с брусникой (по-походному)

Тушку разрезают на 6 больших кусков, шпигуют мясо брусочками сала. Каждый кусок обмакивают в растительное масло и обжаривают над углями 2-3 мин до образования корочки. В котелке разогревают растительное масло и поджаривают в нем репчатый лук 5-6 мин. На лук кладут обжаренные куски мяса, заливают 1 л бульона, сваренным заранее из шеи, лап и крыльев глухаря, и тушат около 1 ч. За 15 мин до готовности солят, кладут ягоды брусники или клюквы и добавляют немного муки, разведенной в бульоне, для загустения соуса.

На 1 глухаря: 2-3 луковицы, 2-3 стакана ягод, 1-2 столовые ложки муки, 100—150 г растительного масла.

## Тетерев, жаренный с лесными орехами

Начиняют очищенными лесными орехами тушку тетерева, кладут внутрь мелкие кусочки свиного сала или сливочное масло, сахар. Вместо орехов можно использовать свежую или моченую бруснику или клюкву.

Сверху тушку обертывают тонкими ломтиками свиного сала, помещают в жаровню и ставят в духовой шкаф. Молодые тетерева жарятся 40—45 мин, старые до 1,5 ч.

На 1 тетерева: 2-3 стакана орехов или другой начинки, 150—200 г сала, 2-3 кусочка сахара.

## Рябчик, жаренный с брусникой

Тушку наполняют моченой или свежей брусникой, кладут внутрь сливочное масло и сахар. Можно обойтись и без начинки.

Обмазав тушку сметаной, обжаривают ее в сильно разогретой жаровне до образования румяной корочки. Затем добавляют в жаровню сметану и жарят на слабом огне 15—20 мин.

На 1 рябчика: 1-1,5 стакана брусники, 1 столовая ложка сливочного масла, 1-2 кусочка сахара, 1 стакан сметаны.

## Вальдшнеп, жаренный с красным вином

Осторожно сдвигают кожу с тушки на шею, не снимая ее полностью. Мясо натирают солью, толчеными можжевеловыми ягодами, обкладывают его очень тонкими ломтиками свиного сала, вновь натягивают кожу и обматывают тушку толстыми нитками. Жарят 20 мин, добавив в жаровню красного сухого вина.

На 1 вальдшнепа: 50—60 г сала, 1 чайная ложка ягод можжевельника, 1/2 стакана красного сухого вина.

## Заливное из рябчика

Тушку рябчика варят около 1-1,5 ч, отделяют мясо от костей и удаляют кожу. Мясо пропускают два раза через мясорубку и протирают через сито. Желатин растворяют в бульоне или горячей воде. Заливаают раствором желатина фарш, добавляют сливки, соль и толченый мускатный орех. Массу перемешивают, выкладывают в металлические формочки и ставят в холодильник (но не в морозильную камеру).

Перед подачей опускают формочки с приготовленным блюдом на несколько секунд в горячую воду, затем переворачивают их на тарелки – заливное выпадает из формочки.

На 1 рябчика: 1/2 стакана сливок, 1 столовая ложка желатина на 1 стакан жидкости. Соль, мускатный орех по вкусу.

## Голуби по-монастырски

Подготовленные тушки голубей разрезать на половинки, посолить и посыпать черным перцем. Положить в неглубокую кастрюлю и обжарить в масле до оброзования золотистой корочки. Затем вложить и обжарить очищенные головки лука. Отдельно поджарить мелко нарезанные грибы в жире и выложить в кастрюлю с голубями. Залить 1 стаканом горячей воды, плотно закрыть крышкой и тушить на слабом огне.

Подавать в горячем виде с рисом, заправленным маслом.

2 тушки голубей, 5-6 столовых ложек масла, 300 г мелких головок лука, 300 г грибов, 2 столовые ложки жира, соль, черный молотый перец.

## Степная и горная дичь

Перепел – маленькая птичка с пестрым светло-коричневым оперением массой около 100 г. Тушки осенних перепелов содержат 30—35 % жира. Мясо перепелов обладает отличным вкусом и высокой калорийностью.

В продажу поступают перепела в свежем и мороженом виде, выращенные на специальных перепелиных фермах. Мясо перепелов можно готовить всеми приведенными выше способами.

Коростеля добывают попутно на перепелиной охоте. Оперение его светло-каштановое. Масса тушки – около 150 г. Мясо нежное, белое. Коростеля рекомендуется жарить. В походных условиях можно запечь в фольге.

У серой куропатки на серо-голубом оперении на груди ярко выделяется коричневая подкова. Масса тушки – около 400 г. Мясо темно-розового цвета. Его можно готовить всеми перечисленными выше способами.

Горная куропатка – птица средних размеров, масса тушки – около 400 г, оперение пестрое, белое с черным, лапы и клюв красные. Есть виды кекликов с менее пестрым оперением. Мясо кеклика темно-розового цвета, нежное. По вкусовым качествам не уступает мясу других куропаток и приготавливается теми же способами.

Фазан – это крупная красивая птица массой около 2 кг. Самцы имеют яркое оперение, длинный заостренный к концу хвост и сильные ноги со шпорами. Самки меньше по размерам, их оперение более скромное, песчано-бурое. Мясо фазана темное, но сочное и очень хорошего качества. Приготавливается всеми приведенными выше способами.

## Суп из перепелов

Тушки перепелов варят около 30 мин. Пшено промывают, несколько раз меняя воду, засыпают в бульон и варят около 20 мин. Свиное сало мелко нарезают, пережаривают с мелко нарезанным репчатым луком и добавляют в суп. В суп можно положить немного нарезанного картофеля.

На 4 перепелов или 1 куропатку: 1-1,5 л воды, 1/4 стакана пшена, 1 луковица, 40—50 г сала.

## Перепела, жареные с грибами

Разрезать подготовленных перепелов вдоль со стороны спинки, удалить все косточки. Тушки распластать и надеть на шпажку, посыпать солью и перцем и жарить в сотейнике. Готовых перепелов положить на блюдо, гарнировать белыми грибами, жаренными с маслом. Из сотейника слить жир, влить коньяк и крепкий коричневый бульон (40—50 г), прокипятить, процедить. Перепелов полить этим соком и посыпать рубленной зеленью.

2 перепела, 5 г жира свиного, 100 г белых грибов, 10 г коньяку, зелень, перец и соль по вкусу.

## Перепела с вишнями

Поджарить перепелов (см. выше). За 3-5 минут до готовности слить жир, добавить вишни (без косточек), коричневый бульон (сок), коньяк и довести перепелов до готовности в закрытой посуде. При подаче положить перепелов с вишнями и соком в глубокое блюдо.

2 перепела, 50 г вишней без косточек, 20 г бульона, 5 г коньяка, 5 г жира свиного, перец и соль по вкусу.

## Перепела, тушеные с рисом

Поджарить перепелов (см. выше). Жареных перепелов разрубить вдоль пополам, положить в сотейник, в котором они жарились, залить соусом с мадерой, добавить нарезанные дольками белые грибы, накрыть посуду крышкой и тушить при слабом кипении 5-7 минут.

При подаче рассыпчатую рисовую кашу, сваренную на мясном бульоне, и натертый на терке сыр перемешать, положить в смазанную маслом кольцеобразную металлическую форму, затем выложить кашу из формы на тарелку или блюдо. В середине полученного таким образом кольца уложить перепелов вместе с грибами и соусом, а сверху посыпать мелко нарезанной зеленью.

2 перепела, 20 г масла сливочного, 20 г грибов белых свежих, 100 г каши рисовой, 10 г сыра, 75 г соуса, зелень, перец и соль по вкусу.

## Перепела в сметане с сырными кнелями

Очищенных, выпотрошенных и хорошо вымытых перепелов

посолить, обжарить на сковороде в масле, подрумянив со всех сторон. Положить в кастрюльку, подлить бульона и на небольшом огне тушить до полной готовности. На сковороду, где жарились перепела, всыпать муку, посолить, хорошо промешать с оставшимся от жаренья жиром, влить 2 стакана бульона, проварить смесь до густоты, добавить сметану, посолить по вкусу и залить этим соусом тушеных перепелов.

На гарнир подать сырные кнели.

Приготовление кнелей. Растереть желтки, смешать с тертым сыром и манной крупой, посолить, дать постоять 2-3 часа. Затем перемешать со взбитыми белками и положить на мокрую салфетку, придав массе форму валика. Плотно завернуть в салфетку, перевязать крепко концы ее и, закрепив ниткой край, положить рулет в кипящую подсоленную воду. Когда рулет всплывет, осторожно вынуть его, развернуть салфетку. Нарезать рулет круглыми кусками, разложить вокруг блюда с перепелами и полить соусом.

На 20 перепелов: 200 г масла для жаренья, 3 столовые ложки муки, 500 г сметаны.

Для кнелей: 250 г сыра, 100 г манной крупы, 4 яйца.

## Перепела с томатным соусом

Тушки перепелов выпотрошить, промыть, посолить, поперчить. Поджарить в жире, равномерно подрумянив со всех сторон. Затем перепелов выложить на блюдо, а в оставшемся жире поджарить мелко нарезанный лук. Прибавить помидоры, очищенные и нарезанные мелкими кусочками. Когда сок помидоров выпарится, добавить горячей воды и положить в полученный соус перепелов. Плотно закрыть кастрюлю крышкой и тушить на медленном огне. Готовых перепелов вынуть, разрезать вдоль по грудке на 2 части и подать с соусом, добавив в него сливочное масло и зелень.

3 тушки перепелов, 1/2 растительного масла, 1 головка лука, 5-6 помидоров, 1 столовая ложка сливочного масла, зелень петрушки, черный молотый перец, соль.

## Перепела, запеченные в баклажанах

Баклажаны помыть, срезать верхушки со стороны плодоножки, вынуть выемкой сердцевину так, чтобы остались стенки толщиной 1 см. Подготовленные баклажаны посолить, выдержать в течение 1/2-1 часа и снова помыть. Подготовленные

тушки перепелов посолить, посыпать перцем и вложить по 1 перепелу в баклажан. Затем поместить баклажаны на противень срезанными верхушками вверх, накрыть каждый половинкой помидора и полить жиром. Запекать в умеренно нагретом жарочном шкафу.

4 баклажана, 4 тушки перепелов, 2 помидора, 2 ложки жира.

## Перепела, фаршированные печенкой

Из печенки домашней птицы приготовить фарш как для паштета. В этот фарш добавить протертое через сито мясо курицы, дичи или телятину (20—25%), сливки и заправить солью и перцем; влить вино (мадеру) или коньяк и добавить специи. Подготовленные тушки перепелов распластать на доске, на каждую тушку положить фарш (40—50 г) и, придав ей вид целой тушки, посолить, завернуть в полоску чистой писчей бумаги, уложить в сотейник, налить мясной сок (20 г) и поставить в жарочный шкаф на 20 минут. Когда бумага слегка зарумянится, сотейник накрыть крышкой и припустить птицу до готовности.

При подаче перепелов положить на крутоны, поджаренные с маслом, и полить соусом с мадерой.

На гарнир можно подать салат зеленый, салат из овощей и фруктов или салат из фруктов.

2 перепела, 10 г мяса птицы, дичи или телятины, 40 г фарша из печенки, 5 г сливок, 5 г вина (мадеры) или коньяка, 50 г хлеба пшеничного, 10 г масла сливочного, 50 г соуса, перец и соль по вкусу.

## Перепела, жареные в виноградных листьях

Тушки перепелов солят, обмазывают сливочным маслом, обертывают промытыми виноградными листьями и обматывают толстыми нитками. Накрывают подготовленные тушки полотенцем и оставляют на 30—40 мин. Затем жарят в массивной жаровне в большом количестве жира 15—20 мин.

На 1 перепела 20-3О г сливочного масла.

## Перепела, запеченные в тыкве

Спелую тыкву массой 2-3 кг обмывают, срезают верхушку. Ложкой удаляют семена и немного мякоти. Подготовленных перепелов разрезают на половинки, солят и обжаривают в разогретом жире 1-2 мин до образования корочки.

Варят до полуготовности рис, для чего опускают промытый рис в подсоленный кипяток на 9-10 мин, а затем откидывают на дуршлаг.

Поджаривают на сливочном масле репчатый лук до розового цвета. Подготавливают свежие или сушеные фрукты. Можно использовать очищенные и нарезанные мелкими дольками свежие яблоки, очищенную и нарезанную мелкими кубиками айву, сушеные фрукты, курагу и изюм. Сухофрукты тщательно промывают и замачивают в теплой воде.

В подготовленную тыкву закладывают сначала рис, перемешанный с поджаренным луком, затем обжаренные куски мяса, сверху кладут нарезанные фрукты. Закрывают тыкву срезанной верхушкой и укрепляют верхушку острыми лучинками.

Снаружи смазывают тыкву жиром и запекают в русской, печи или в духовом шкафу 2-3 ч, подложив под тыкву деревянные палочки. Готовую тыкву помещают на блюдо, снимают верхушку и разрезают сверху вниз на ломти. На каждую порцию кладут ломоть печеной тыквы, половинку перепела и рис с фруктами.

На 1 тыкву массой 2-3 кг: 4 перепела, 1 стакан риса, 2 стакана нарезанных фруктов, 2-3 луковицы, 2-3 столовых ложки сливочного масла.

## Плов с дичью

Плов с дичью характеризуется отменным вкусом, сочетающем специфический горьковато-сладкий вкус дичи с ароматом поджаренного лука, моркови и специй. Для приготовления плова можно использовать любую дичь, но лучше всего перепелов, кеклика, фазана.

Подготовленные тушки разрезают на куски. Перепелов можно приготовить целой тушкой, начиняя их фаршем из сырой баранины с добавлением мелко нарубленного лука, чеснока и зелени петрушки и кинзы.

Основа плова – зирвак, который готовят, обжаривая в перекаленном растительном масле лук, мясо, морковь. Растительное масло (хлопковое, оливковое, подсолнечное) наливают в нагретый чугунный котел (казан) или в кастрюлю, с толстым дном. Лук, нарезанный полукольцами, обжаривают в масле. Затем в котел закладывают куски дичи или целых фаршированных перепелов.

Мясо обжаривают вместе с луком до тех пор, пока лук не станет светло-коричневым. После этого закладывают нарезанную тонкой соломкой морковь, которую обжаривают 5-10 мин.

Затем в котел наливают кипяток с таким расчетом, чтобы его

содержимое было покрыто водой, и оставляют зирвак на малом огне 40—50 мин. В конце приготовления добавляют соль и специи (красный молотый перец, зиру, барбарис, дольки чеснока и др.).

В готовый зирвак закладывают тщательно промытый в нескольких водах рис. Жидкость должна покрывать слой риса на 1-2см. Затем усиливают огонь до равномерного и бурного кипения.

После полного испарения влаги убавляют огонь и накрывают крышкой плов, чтобы довести рис до готовности и придать ему рассыпчатость.

Перед тем как накрыть плов, рис собирают от краев к середине котла горкой и посыпают толченой зирой. Под крышкой на малом огне плов держат 20—25 мин.

Перед подачей плов тщательно перемешивают и укладывают на блюдо. Куски дичи или фаршированных перепелов кладут сверху и посыпают мелко нарубленным зеленым луком.

На одну порцию плова: 200 г риса, 150—200 г дичи, 60—70 г растительного масла, 1-2 моркови, 1-2 луковицы; на фарш: 50 г баранины, 5 г лука. Чеснок, зелень петрушки и кинзы, соль и специи по вкусу.

## Коростель, запеченный в фольге (по-походному)

Тушку коростеля кладут набок и слегка отбивают, чтобы придать ей более плоскую форму. Затем солят, натирают чесноком, перчат и обкладывают тонкими ломтиками свиного сала, так чтобы не торчали кости отрезанных крыльев, ног и шеи. Завертывают в несколько слоев фольги, кладут в золу и подгребают сверху угли. Запекают около 15 мин.

## Куропатка по-сельски

Поготовленную куропатку обжарить с маслом и, когда она будет почти готова, положить вокруг нее свиную копченую грудинку, нарезанную кубиками, предварительно ошпаренную и обжаренную, и картофель, обжаренный в масле. Все это довести до готовности в закрытой посуде. Перед подачей влить немного крепкого коричневого бульона из дичи (20 г), прокипятить и подать в глубоком блюде или на тарелке, посыпав рубленой зеленью.

На 1 куропатку: 20 г масла сливочного, 15 г свиной копченой грудинки, 100 г картофеля, зелень.

## Куропатка в сливках с изюмом

Подготовленную куропатку разрезать на две части, слегка расплющить тяпкой, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить в сотейнике с маслом. Затем куски куропатки облить коньяком, закрыть посуду крышкой и через минуту добавить коричневый бульон (20—30 г), сливки, изюм и тушить в закрытой посуде на слабом огне 5-6 минут.

При подаче куропатку положить на блюдо или тарелку. Гарнировать гренками из пшеничного хлеба, поджаренными в масле; полить соусом с изюмом.

На 1 куропатку: 5 г муки, 12 г масла сливочного, 5 г коньяку, 30 г сливок или сметаны, 20 г изюма, 30 г хлеба пшеничного, перец и соль по вкусу.

## Куропатка с апельсинами

Подготовленную куропатку посолить, обжарить и положить в глубокое блюдо. Срезать с апельсина цедру, нарезать ее соломкой и ошпарить, апельсин нарезать дольками и удалить из него семена. Вокруг куропатки положить дольки апельсина и виноград, залить соком, оставшимся после обжаривания куропатки, посыпать цедрой, закрыть посуду крышкой и довести до готовности в жарочном шкафу в течение 5-6 минут.

Подать блюдо, полив соком и маслом.

На 1 куропатку: 10 г жира свиного, 5 г масла сливочного, 1 апельсин, 25 г винограда

## Куропатка с овощами

Куропатку обжарить со сливочным маслом, расположить вокруг нее репу, морковь, нарезанные дольками, листья сельдерея, картофель брусочками, головки мелкого лука, предварительно обжаренные в масле. Добавить коричневый бульон из дичи (40—50 г) и, накрыв посуду крышкой, довести блюдо до готовности в жарочном шкафу.

При подаче куропатку положить на блюдо или тарелку вместе с гарниром и соком и посыпать зеленью.

На 1 куропатку: 20 г масла сливочного, 40 г моркови, 40 г репы, 10 г сельдерея, 20 г лука, 60 г картофеля, зелень, соль по вкусу.

## Куропатка, жаренная на решетке, с шампиньонами

Разрезать вдоль спинку куропатки, надрезать суставы ножек и крылышек, грудную кость, расплющить слегка тяпкой, посыпать солью, перцем, смазать растопленным сливочным маслом и жарить на решетке. При подаче куропатку положить на блюдо, обложить головками шампиньонов, жаренными на решетке, вокруг куропатки налить крепкий мясной коричневый бульон (40 г), смешанный с лимонным соком, посыпать рубленной зеленью.

На 1 куропатку: 5 г масла сливочного, 40 г шампиньонов, 1 лимон, зелень, перец и соль по вкусу.

## Зайцы

Заяц-беляк – обитатель лесов, в зимнее время его мех совершенно белого цвета, за исключением черных кончиков ушей. Летом окраска меха темно-серая. Масса тушки зайца-беляка – 3-4 кг.

Заяц-русак крупнее беляка, масса тушки – 5-6 кг. Летом мех зайца-русака темно-серый, зимой – более светлый, но никогда не бывает белым, как у зайца-беляка.

Мясо зайцев темно-красное, обладает высокими вкусовыми качествами и питательно. Мясо зайца-русака считается более вкусным, чем зайца-беляка.

## Паштет и жаркое из зайца

Для паштета мясо не маринуют. Передние ноги, ребра и шею вместе со свиным салом, нарезанным кубиками, кладут в кастрюлю, вливают туда красное сухое вино, добавляют зубчики чеснока, лавровый лист и варят около 45 мин без соли.

Потом мясо остужают, отделяют от костей и вместе с вареным салом пропускают два раза через мясорубку. Добавляют в фарш соль, молотый черный перец, натертую на терке цедру лимона или апельсина, толченый мускатный орех и зубчик чеснока, растолченный в ступке или чесночнице.

Для приготовления паштета нужна «водяная баня». Для этого в широкую и низкую кастрюлю наливают воду и ставят в нее керамическую миску. Объем миски должен быть достаточным, чтобы в ней с запасом уместился весь фарш.

Дно миски выкладывают тонкими ломтиками сала, потом кладут фарш, а сверху – опять ломтики сала. Заливают примерно половиной того количества жидкости, в которой варилось мясо для паштета, накрывают фольгой и ставят «водяную баню» в горячую духовку на 1 ч. Снимают фольгу и верхние ломтики сала,

заливают сверху растопленным сливочным маслом и ставят на холод. Охлажденный паштет украшают клюквой и зеленью.

На 250—300 г мяса: 100—150 г свиного сала, 1 стакан красного сухого вина, 1 столовая ложка сливочного масла, 3-4 зубчика чеснока, 1/3 чайной ложки натертой цедры лимона или апельсина, 1/4 чайной ложки толченого мускатного ореха. Соль, перец – по вкусу.

Для жаркого мясистые куски тушки зайца – задние ноги и седло маринуют не менее суток. Мясо обсушивают, натирают солью и перцем и шпигуют тонкими брусочками сала. Складывают мясо в жаровню, добавляют свиной жир и ставят в горячую духовку на 20 мин.

Обжаренные куски перекладывают из жаровни в кастрюлю для паштета. Оставшийся в жаровне сок остужают, удаляют жир и добавляют туда красное сухое вино. Выливают сок с вином в кастрюлю, где уже лежит мясо, и держат на слабом огне до готовности еще 15—20 мин.

На 1-1,5 кг мяса: 150—200 г свиного жира, 1 стакан красного сухого вина.

## Заяц, жареный в сухарях

Задние ножки и спинку зайца, выдержанные в маринаде, обжарить на свином жире в жарочном шкафу. Затем положить в сотейник, залить бульоном, сваренным из мясных костей, добавить маринад (20 г на порцию), красное вино, пассерованный репчатый лук, лавровый лист и тушить. Готовое мясо вынуть из бульона, дать ему немного остыть, разрубить на порционные куски и хранить до жарки в закрытой посуде.

Бульон, в котором тушилось мясо, заправить подсушенной, как для соусов, пшеничной мукой, прокипятить в течение 10—15 минут и процедить. За 10—15 минут до подачи куски готового мяса посыпать солью и перцем, запанировать в муке, а затем, смочив сырым яйцом, в крошках пшеничного хлеба. Обжарить в жире.

Подают блюдо с жареным картофелем или жареными свежими грибами.

На 1 порцию: 110 г зайца, 75 г маринада, 4 г жира свиного, 75 г бульона, 25 г лука, 10 г красного вина сухого, по 1 г лаврового листа и гвоздики, 10 г муки, 8 г яйца, 20 г хлеба пшеничного, 100—150 г гарнира, 80 г огурцов или помидор, перец и соль по вкусу.

## Заяц, жареный в сметане

Отделить задние ножки и спинку зайца и вымочить в холодной воде в течение 3-5 часов. Затем воду слить и залить мясо маринадом, в котором выдержать молодых зайцев 12 часов, а старых 24 часа в холодном месте. Затем вынуть мясо из маринада, вытереть насухо полотенцем, нашпиговать свиным салом, посолить, положить на противень и слегка обжарить с жиром в жарочном шкафу. Затем полить сметаной и продолжать жарить, периодически поливая сметаной, до тех пор, пока мясо не будет готово, а сметана станет густой, как соус.

Готовое мясо разрубить на порционные куски, положить в сотейник и залить процеженной сметаной, в которой жарилось мясо.

Подают с жареным картофелем, отварной фасолью или тушеной свеклой.

На 1 порцию: 110 г зайца, 75 г маринада, 20 г шпига, 50 г сметаны, 150 г гарнира.

## Заяц, тушенный в горшке

Подготовленную тушку молодого зайца разрубить на куски (по 3-4 на порцию), посолить и положить в порционные горшки. Добавить целые головки обжаренного с жиром мелкого лука, черный и душистый перец горошком, залить сметаной и нагреть на плите до кипения сметаны. После этого закрыть горшки крышками, замазать пазы пресным тестом и поставить в жарочный шкаф примерно на полтора часа.

Подать с любой рассыпчатой кашей или жареным картофелем. Так же можно приготовить зайца в горшке без сметаны, залив его перед тушением мясным красным соусом с добавлением сухого виноградного вина (75 г соуса и 40 г вина на одну порцию).

На 1 порцию: 150 г зайца, 25 г лука, 5 г сала свиного, 100 г сметаны, 10 г муки ржаной (для теста), 150 г гарнира, перец черный и душистый горошком, соль по вкусу.

## Заяц, тушенный в сметане

Задние ножки и спинку зайца, выдержанные в маринаде, нашпиговать свиным салом, посыпать солью и перцем, смазать сметаной и обжарить в жарочном шкафу до полуготовности. Затем разрубить их на порционные куски, положить в сотейник и залить бульоном, сваренным из обжаренных костей, добавить сметану, мясной сок, полученный при обжарке, и тушить. Когда

мясо будет готово, слить бульон в другую посуду, добавить в него поджаренную, как для соусов, пшеничную муку, прокипятить, процедить и залить этим соусом мясо.

Подать зайца с жареным картофелем, тушеной свеклой, отварной фасолью или клецками из манной крупы.

На 1 порцию: 110 г зайца, 75 г маринада, 20 г шпига, 40 г сметаны, 75 г бульона, 5 г муки, 4 г сала свиного, 150 г гарнира, перец и соль по вкусу.

## Рагу из зайца

Подготовленного зайца выдержать в маринаде 12—24 ч и поджарить крупными кусками в жарочном шкафу со свиным жиром до готовности. Затем немного охладить, разрубить на куски по 30—40 г, положить в сотейник, добавить нарезанные дольками и обжаренные в жире морковь, репу, петрушку, картофель и целые головки мелкого лука. Все залить красным соусом с вином и тушить до готовности овощей.

Подать вместе с соусом и овощами, посыпав зеленью петрушки.

На 1 порцию: 150 г зайца, 75 г маринада, 15 г жира свиного, 20 г моркови, 15 г репы, 10 г петрушки, 100 г картофеля, 25 г лука, 100 г соуса, зелень петрушки, соль.

## Заяц по-гречески

Подготовленную тушку зайца разрезать на крупные куски, добавить очищенные от кожицы и спассерованные помидоры, разрезанный на 4 части апельсин, растительное масло, соль, перец, уксус, специи (с долек чеснока шкурку не снимать) и тушить под плотно закрытой крышкой на небольшом огне. Примерно через час добавить очищенные луковички и снова тушить около часа. Затем из готового блюда вынуть горошины перца, лавровый лист, чеснок и корицу и подать, поместив с одной стороны блюда мясо, а с другой – луковицы (вынимать их надо осторожно, чтобы они не развалились).

На 1 кг зайчатины: 1 кг маленьких луковиц, 800 г помидоров, 5 долек чеснока, 8 ст. л. оливкового масла, 2 ложки уксуса, соль, черный перец (молотый и горошком), 2 лавровых листа, 0,5 ст. л. молотого кориандра, 2 перышка немолотой корицы, 1 апельсин, соль.

## Соус из заячьей печени

Заячью печень варят и протирают через сито. Поджаривают муку (1 столовую ложку) со сливочным маслом (2 столовые ложки), разводят муку белым сухим вином. Смешивают протертую печень с пассерованной мукой, добавляют толченые грецкие орехи, хорошо растирают, добавляют соль, перец и доводят до кипения.

**Соус подают к жаркому из зайца в отдельной посуде.**

На 1 заячью печень: 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка толченых грецких орехов, 1/2 стакана белого сухого вина, 2 столовые ложки сливочного масла. Соль и перец по вкусу.

## Дикие копытные животные

Лось – крупное животное. Высота лося – до 2 м, масса – 400—500 кг. Наиболее вкусное мясо у лосей в возрасте 1,5-3 лет. Мясо старых лосей более жесткое и волокнистое. Мясо самок нежнее, чем самцов. Из мяса лося готовят те же блюда, что из говядины. Перед приготовлением его рекомендуется мариновать.

В северных районах обитает дикий северный олень, который по размерам несколько крупнее северного домашнего оленя. Масса дикого северного оленя достигает 150—200 кг.

По содержанию белка мясо оленя близко к говядине, но превосходит по калорийности и содержанию витаминов. Очень ценится по вкусовым качествам язык оленя.

Благородный олень – обитатель лесов. Он крупнее северного оленя, его масса – около 300 кг. Самки благородного оленя безрогие. Мясо вкусное, высококачественное, но у старых животных жестковатое.

Марал – внешне напоминает благородного оленя, но крупнее его. Масса марала достигает 350—400 кг. На Дальнем Востоке водится разновидность марала – изюбрь. Мясо марала и изюбря имеет высокие вкусовые качества, у изюбря оно несколько нежнее.

Различают два вида косуль – европейскую и сибирскую. Сибирская косуля крупнее европейской: средняя масса европейской косули – 20—30 кг, а сибирской – 50—60. По вкусовым качествам мясо косули ценится выше мяса оленя и лося. Оно более нежное, в нем содержится менее тугоплавкий жир.

Кабан – распространенная добыча охотников. Дикие кабаны очень быстро развиваются: поросята, появившиеся в апреле, к осени в хороших кормовых условиях достигают 30—40 кг.

Встречаются экземпляры взрослых кабанов массой до 300—400 кг. Мясо молодых кабанов, особенно самок, обладает высокими вкусовыми качествами и в основном используется для приготовления вторых блюд. Способы приготовления мяса кабана те же, что и для свинины. Мясо старых секачей жесткое и в период гона имеет неприятный запах, который можно ослабить, поместив мясо на 4-5 дней в терпкий маринад.

Сайгак (степная антилопа) отличается характерным строением головы: нос сайгака подвижен, разделен поперечными складками и напоминает короткий хобот. Средняя масса туши самца 20—30 кг, самки – 15—16 кг.

Качество мяса сайгака помимо возраста и упитанности зависит от способа добычи. Мясо, полученное на охоте с длительным преследованием животных, имеет худшие качества и неприятный запах.

Из мяса сайгака готовят те же блюда, что и из баранины. В отличие от мяса других копытных животных бульон и вареное мясо сайгака имеют более приятный вкус и аромат.

## Филе косули, жаренное на вертеле

От спинной и почечной частей туши косули отделить позвоночник, обрубить ребра, так, чтобы при мясе остались концы длиной не более 4 см, срезать грубые сухожилия и разрезать мясо на порционные куски. Выдержать мясо в маринаде в течение 12—15 часов. Перед жаркой мясо вынуть из маринада, обсушить тканью, нашпиговать свиным салом, посолить, смазать оливковым или сливочным маслом, укрепить на вертеле и жарить до готовности, периодически смазывая мясо маслом. Готовое филе положить на блюдо, украсить ветками зелени петрушки, сельдерея или листьями зеленого салата, луком. Рядом с филе положить жареный в жире картофель в форме соломки, стружки, брусочков или шариков. Отдельно в соуснике подать к филе соус черносмородиновый или один из острых соевых соусов.

На 1 порцию: 200 г мяса, 100 г маринада, 20 г шпига, 5 г масла сливочного, 100 г гарнира, 50 г соуса или 30 г острого соуса, зелень.

## Филе косули, тушенное с вином и яблоками

Подготовить филе (см. выше), замариновать, после этого нашпиговать свиным салом и жарить с топленым свиным жиром, добавив мелко нарезанные морковь, петрушку, сельдерей и

репчатый лук. Когда на поверхности филе образуется корочка, жир слить, добавить разрезанные на дольки яблоки (без семян), нарезанные кружочками апельсины (без кожи и семян), влить мадеру или херес и тушить 30 минут. Чтобы соус не подгорел, можно влить немного мясного бульона. Готовое мясо вынуть. В посуду с кореньями и яблоками добавить столько крепкого мясного бульона, сколько понадобится для приготовления подливки к мясу, прокипятить, процедить, овощи и яблоки протереть через сито.

При подаче филе положить на блюдо и полить маслом. Гарнир – зеленый горошек, стручки фасоли, цветная или брюссельская капуста или другой овощной гарнир. Соус подать отдельно в соуснике.

На 1 порцию: 200 г мяса, 100 г маринада, 20 г шпига, 10 г сала свиного, 5 г масла сливочного, 15 г кореньев и лука, 30 г яблок антоновских, 30 г апельсина, 15 г вина, 75 г бульона, 150 г гарнира.

## Жаркое из оленины со сметаной

Сначала готовим маринад. Вскипятить воду с луком и приправами, остудить и добавить уксус. Подготовленное мясо положить в подходящую по размеру посуду, залить холодным маринадом и поставить в холодное место на 5 дней, каждый день переворачивая его. Достать мясо из маринада, очистить от сухожилий, обсушить полотенцем, нашпиговать салом, посолить, посыпать мукой и на жире обжарить со всех сторон, после чего переложить мясо в кастрюлю. На сковородку, где жарилось мясо, вылить 1 стакан воды, дать закипеть и вылить в кастрюлю; добавить лук и специи из маринада, закрыть крышкой и на небольшом огне тушить мясо до готовности, часто поливая соком.

Готовое мясо нарезать поперек волокон, положить на блюдо, придав форму целого куска. В оставшийся от тушения соус добавить 1 столовую ложку подсушенной муки, вскипятить, добавить сметану, снова вскипятить, процедить через дуршлаг и залить этим соусом нарезанное мясо.

На 1 кг оленины: 150 г свежего свиного сала, 400 г сметаны, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки муки, 1 стакан уксуса, 1 л. воды, 2 большие луковицы, 3 лавровых листа, 8-10 горошин перца, соль по вкусу.

## Оленина и лосятина жареные

Спинку и крупные части окорока или лопатки, выдержанные в маринаде, нашпиговать свиным салом и поджарить в жарочном шкафу. Готовое мясо нарезать широкими ломтями по 1-2 на порцию, залить мясным соком.

Подать с жареным картофелем, отварной фасолью, маринованным виноградом, сливами или салатом из красной капусты. К мясу можно также подать соус перечный с уксусом, кислосладкий с орехами, острый с эстрагоном, варенье брусничное или черносмородиновое.

На 1 порцию: 150 г мяса, 75 г маринада, 20 г шпига, 5 г сала свиного, 150 г гарнира, 75 г ягод, 50 г соуса или 30 г варенья.

## Охотничья похлебка

Грудинку с реберными костями рубят на куски, промывают, складывают в кастрюлю, заливают холодной водой и варят без соли около 1 ч на малом огне, снимая пену.

Промывают и засыпают перловую крупу. Варят еще около 1 ч. Затем похлебку солят и дают прокипеть еще 5-6 мин.

На 1 кг мяса с костями: 1,5-2 л воды, 1/4 стакана перловой крупы.

Наиболее вкусная похлебка получается из мяса оленя, косули и лося.

## Бульон из мяса сайгака с пельменями

Для приготовления бульона мясо с костями варят 1,5-2 ч на слабом огне, снимая пену. Из сырого мяса готовят фарш. Добавляют черный молотый перец и мелко нарубленный чеснок. Для сочности можно добавить сало или жирную свинину. Фарш можно приготовить из вареного мяса сайгака. Для приготовления пельменей замешивают и раскатывают тесто. Лепят пельмени, отваривают их в бульоне 5-6 мин и подают в тарелке с горячим бульоном.

Для бульона: на 1 кг мяса с костями 1,5-2 л воды.

Для фарша: на 1 кг мяса 150—200 г сала, 1 головка чеснока. Соль, перец по вкусу.

Для теста: на 1 стакан муки 1 сырое яйцо, полстакана холодной воды.

## Мясо лося, тушенное с курагой

Из мякоти нарезают плоские куски массой 100—150 г,

толщиной 1-1,5 см. Отбивают мясо деревянным молотком. В кастрюле с толстым дном разогревают растительное (желательно оливковое) масло и обжаривают в нем куски мяса 1-2 мин до образования корочки. Складывают обжаренное мясо в отдельную посуду. В масле обжаривают нарезанный репчатый лук и кладут на лук куски мяса. Морковь нарезают соломкой или натирают на крупной терке и кладут поверх мяса. Затем заливают кипятком или горячим бульоном из расчета 1 стакан жидкости на 1 кг мяса и тушат под крышкой 1,5-2 ч. За 15—20 мин до готовности солят, кладут промытую курагу, томат-пасту, добавляют по вкусу перец, лавровый лист, толченый мускатный орех. При отсутствии кураги можно положить мелко нарезанные и очищенные антоновские яблоки. Для густоты соуса добавляют немного спассерованной муки.

На 1 кг мяса: 80-100 г растительного масла, 2-3 луковицы, 3-4 моркови, 1/2 стакана кураги или нарезанных яблок, 1 столовая ложка томат-пасты или 3-4 спелых помидора, 1 столовая ложка муки. Соль и специи по вкусу

# Рыбацкая кухня

По своей питательности рыба почти не отличается от мяса. Входящие в ее состав белки и жиры хорошо усваиваются человеческим организмом.

Живая рыба для кулинарной обработки должна быть упитанной, подвижной, чешуя – неповрежденной и без пятен. Доброкачественная рыба имеет гладкую, блестящую чешую, плотно прилегающую к телу, прозрачные и выпуклые глаза, ярко-красные жабры и невздутое брюшко. Мясо должно быть крепко связано с костями и слегка пружинить при надавливании.

Очевидно, состояние рыбы во многом зависит от того, как сберегает свой улов рыбак. Дадим несколько важных советов.

Нельзя держать уснувшую рыбы в садке – в воде она быстро портится. Если рыба перевернулась кверху брюхом, ее надо достать из садка и умертвить, сделав ножом прокол в задней части головы или сильно нажав на затылочную часть головы. Угрю прищемляют хвост. Особенно крупную рыбу умерщвляют, перерезав жаберную вену. Ни в коем случае нельзя оставлять пойманную рыбу на берегу, где она будет биться, получая ранения – она быстрее спортится, да и вкусовые качества такого трофея ухудшатся.

Заснувшую рыбы можно сохранять в крапиве, осоке. Неплохо слегка подсушить тушку рыбы в тени до образования защитной пленки, которая предотвратит проникновение микроорганизмов.

Но самый радикальный способ сохранения улова – это потрошение рыбы, удаление жабр и легкая просолка. Выпотрошить рыбу можно и без вспарывания живота: надрежьте жабры и прямую кишку у анального отверстия, затем вытащите жабры вместе с внутренностями. Такуя рыбу также надо хранить в крапиве или ольховых веточках. В качестве консерванта можно использовать и уксус. Им пропитывают тряпку, в которую заворачивают посоленный улов улов.

Ни в коем случае нельзя хранить и перевозить рыбу в полиэтиленовом мешке, – тара должна допускать воздухообмен.

Зимний улов также требует внимания. Нельзя допускать чрезмерного замерзания рыбы. Ее хранят в рыбацком ящике либо на льду, присыпав снегом. Если по дороге домой рыба оттаяла, ее нельзя замораживать повторно, ибо в этом случае ее вкусоые качества безнадежно упадут.

# Подготовка рыбы к кулинарной обработке

Разделка рыбы. Разделывают рыбу в зависимости от породы, а также от того, какие блюда нужно из нее приготовить.

Живую рыбу, прежде чем начать чистить, надо заколоть: острым концом маленького ножа делают глубокий разрез горла между головными плавниками и дают стечь крови.

У рыбы, предназначенной для жарения, удаляют чешую и голову, потрошат. У рыбы, предназначенной для приготовления ухи, удаляют внутренности и жабры, а голову и чешую оставляют.

У судака и окуня прежде надо вырезать спинной плавник. Для этого с обеих сторон плавника, во всю длину, острым ножом делают неглубокие надрезы. Прихватив плавник полотенцем (чтобы не уколоться), выдергивают плавник по направлению от хвоста к голове. После этого ножом или теркой очищают рыбу от чешуи. Лучше счищать чешую в полиэтиленовом мешке, что предупредит разброс чешуи. Затем приступают к потрошению. Сделав продольный разрез на брюшке от головы до подхвостового плавника, осторожно вынимают печень с желчным пузырем. Если желчный пузырь будет поврежден, то части рыбы, на которые попала разлившаяся желчь, следует вырезать или немедленно натереть солью. Остальные внутренности и жабры также вынимают, а пленку, покрывающую позвоночную кость, разрезают вдоль. После потрошения рыбу тщательно промывают в холодной, несколько раз сменяемой воде, и счищают кровь с позвоночной кости.

Промытую рыбу разрезают на куски, начиная с головы. Сначала надо разрезать мясо сверху до кости, потом легким ударом ножа разрубить позвоночную кость и разрезать мясо нижней части рыбы.

Рыбу (весом 1 1/2 кг и больше) сначала надо разрезать на две половины. Делают это следующим способом. Вдоль спинки, от головы до хвоста, по позвоночной кости подрезают мясо до самых ребер, затем отделяют филе. Каждую половину рыбы следует разрезать на куски поперек, при этом одни куски получатся с костью, другие без кости.

Если рыбное филе надо приготовить под соусом или рыбная мякоть нужна для котлет, то с филе срезают реберные косточки.

Для приготовления рубленых рыбных изделий (котлет, рулетов и пр.) рыбу разделывают несколько иначе. Ее потрошат, не очищая от чешуи, затем срезают оба филе, с которых снимают кожу вместе с чешуей. Кожа, покрытая чешуей, легче снимается с филе.

Голову, хвост, плавники и кости при разделке рыбы используют для варки бульона. Их необходимо хорошо промыть, а из голов удалить жабры.

Разделка сома. Сома разделывают так же, как и рыбу, покрытую чешуей; в тех случаях, когда он идет на рубленые блюда, с него снимают кожу.

Разделка налима, угря. Кожу надрезать вокруг головы и снять со всей рыбы целиком (как перчатку с руки), затем разрезать брюшко, вынуть внутренности, отрезать голову. Промыть рыбу в холодной воде.

Разделка линя. Рыбу положить на 15—30 секунд в горячую воду, чтобы сошла слизь и легче снималась чешуя. Из горячей воды рыбу переложить в холодную, тщательно соскоблить тупой стороной ножа чешую, выпотрошить и промыть.

Оттаивание мороженой рыбы. Мороженую рыбу предварительно оттаивают. Для этого их кладут на некоторое время в холодную воду, чтобы рыба быстрее оттаивала и не высыхала. Не рекомендуется пользоваться для этого теплой водой: рыба становится дряблой и невкусной. После оттаивания рыбу споласкивают чистой водой.

Вымачивание соленой рыбы. Соленую рыбу (судака, сазана, леща и др.) вымачивают в холодной воде. Воды надо налить столько, чтобы она покрыла рыбу, и оставить на 30—40 минут. После этого рыбу очистить от чешуи, нарезать на куски, промыть и вновь погрузить в чистую холодную воду для вымачивания уже на более длительный срок – от 4 до 6 часов, в зависимости от степени засола рыбы. Через каждый час или два воду надо менять.

# Блюда из рыбы

## Отварная рыба

Наиболее простой способ приготовления рыбы – отваривание ее в воде. В отварном виде можно приготовить любую рыбу, однако такую, как карась, навага, корюшка, целесообразно только жарить. Чем меньше воды берется для варки, тем вкуснее получается рыба. Поэтому следует наливать в посуду такое количество воды, чтобы она лишь покрывала рыбу во время варки.

Для отваривания свежей рыбы на каждый литр воды положить 1 чайную ложку соли. Чтобы рыба получилась более вкусной, в воду для варки следует прибавить по 1/2 шт. моркови, петрушки, 1 луковицу, 1-2 лавровых листика и немного перца.

Коренья и лук предварительно чистят и нарезают небольшими кусочками.

При отваривании сома и щуки, чтобы отбить специфический запах этих рыб, рекомендуется, кроме кореньев и лука, прибавить еще на каждый литр воды 1/2 стакана огуречного рассола.

Рыбу можно сварить одним большим куском или же нарезанной на небольшие куски весом, примерно, по 75-100 г. Рыба, сваренная крупным куском, более вкусна и сочна.

Крупные куски рыбы, весом от 0,5 кг и выше, следует класть для варки в холодную воду, а мелкие куски – в кипящую.

От начала закипания воды до конца варки рыбы надо поддерживать слабое, но беспрерывное кипение. Всякая рыба должна быть хорошо проварена. Судак, карп и щука весом 1-1 1/2 кг варятся 50—60 минут, а кусками по 100—150 г – 15—20 минут.

Готовность рыбы при варке можно определить, прокалывая ее тонкой деревянной шпилькой: если рыба готова, шпилька легко входит в мякоть.

Из полученного при варке рыбы отвара часть употребляют на приготовление соуса к рыбе – белого или томатного, а на остальном отваре можно сварить уху.

Соленую рыбу после вымачивания надо залить свежей холодной водой и варить, не добавляя соли, до готовности.

Отварная рыба подается горячей или холодной; горячая – с отварным картофелем, а холодная – с винегретом, картофельным или капустным салатом, маринованной свеклой, огурцами или с зеленым салатом.

К холодной и горячей рыбе можно подать хрен с уксусом или соус.

## Рыба отварная с картофелем

Подготовленную рыбу (судака, щуку, сома, линя и др.) нарезать на куски и сварить. Отдельно сварить очищенный цельный картофель. К моменту подачи на стол вынуть рыбу шумовкой из отвара на блюдо, обложить картофелем и украсить блюдо зеленью петрушки. К этому блюду хорошо подать хрен с уксусом, можно подать и масло, размягченное до состояния густой сметаны и смешанное с рубленой зеленью петрушки.

На 500 г рыбы – 800 г картофеля.

## Судак отварной с овощным гарниром

Очистить судака и нарезать на куски. Очищенные и промытые морковь, свеклу, лук нарезать тонкими кружками, а картофель крупными дольками (на половинки и четвертинки). Уложить на дно кастрюли свеклу, морковь, лук, а потом картофель, прибавить 1 1/2 стакана воды и соль. Куски рыбы посолить и уложить поверх овощей. Прибавить перец и лавровый лист. Варить под крышкой на слабом огне в течение часа, не перемешивая, а встряхивая кастрюлю каждые 10 минут, чтобы овощи не пригорели. Когда рыба и овощи будут почти готовы, влить в кастрюлю молоко, положить масло и варить еще 15—20 минут. Сняв с огня, поставить кастрюлю наклонно, ложкой осторожно зачерпнуть снизу сок, полить им рыбу и оставить под крышкой до подачи.

На 1 кг рыбы – по 1 шт. моркови, свеклы и лука, 800 г картофеля, 1 ст. ложку масла и 1/2 стакана молока.

## Рыба, отваренная в пергаменте

Филе леща нарезать на куски, на 5 минут залить соленой водой (на стакан холодной воды 1 столовую ложку соли), затем вынуть и дать воде стечь. На пергаментную бумагу, смазанную маслом, положить рыбное филе. Поверх рыбы положить масло, смешанное с перцем, натертые морковь и лук, сбрызнуть лимонным соком или разведенной кислотой и посыпать мелко нарезанной зеленью. После этого сложить края бумаги в виде пакета, перевязать шпагатом, опустить в кастрюлю, на две трети заполненную кипящей водой, и варить 15—20 минут на слабом огне. При подаче рыбу вынуть из пакета и уложить на подогретое

блюдо. К рыбе подойдет отварной картофель, заправленный маслом, и свежие малосольные огурцы.

Так можно приготовлять судака, леща и др. рыбу.

На 500 г рыбы – по 1 шт. моркови и лука, 1 ст. ложку лимонного сока или разведенной лимонной кислоты, 2 ст. ложки масла.

## Отварная рыба с картофелем и шпигом

Свиной шпиг нарезать мелкими кусочками, поджарить на сковороде вместе с луком, очищенным и нарезанным ломтиками, положить очищенный картофель, также нарезанный кружочками, посыпать солью и перцем и добавить стакан воды. Накрыть крышкой и варить 5 минут на слабом огне. После этого подготовленную и нарезанную рыбу положить на картофель и варить до готовности.

При подаче на стол куски рыбы выложить на блюдо, обложить вокруг картофелем и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

На 750 г рыбы – 800 г картофеля, 1-2 головки лука, 100 г шпига.

## Консервированная рыба с картофелем

Вскрыть банку натуральных (в собственном соку) рыбных консервов, вынуть рыбу и вместе с соком подогреть в кастрюле. При подаче на стол рыбу уложить на блюдо, гарнировать отварным картофелем и украсить ветками зелени петрушки. Отдельно подать огурцы или зеленый салат.

На 1 банку рыбы (350 г) – 800 г картофеля.

## Паровая рыба

Рыбу на пару варят в небольшом количестве воды. Приготовлять на пару рекомендуется филе судака, сома, щуки, налима, лосося. Вместо воды для варки на пару целесообразно брать бульон, сваренный из костей и зачисток рыбы. Его приготовляют из головы (без жабер), хвоста, плавников. Кости надо хорошо промыть и варить в воде 40—50 минут, добавив лук и петрушку. Готовый бульон процедить сквозь сито. Из бульона, полученного при варке рыбы на пару, можно приготовить соус.

Подготовленные куски рыбы уложить в один ряд в неглубокую кастрюлю, посолить, посыпать перцем и залить бульоном в таком количестве, чтобы рыба была погружена в него

на 2/3 толщины куска. Варят рыбу при закрытой крышке кастрюли.

Рыба, сваренная на пару, вкуснее обычной отварной рыбы, так как в ней сохраняется значительно больше вкусовых веществ.

## Консервированные судак, лососина, нельма в белом вине

Вынув из банки рыбу, положить в кастрюлю, прибавить вареные грибы, нарезанные ломтиками, залить соком консервов и белым вином и, накрыв крышкой, прогреть в течение 5-6 минут.

Выложить рыбу на блюдо. Бульон поставить на огонь, после закипания прибавить муку, смешанную со столовой ложкой масла, и, помешивая, пока мука не соединится с бульоном, дать соусу прокипеть 3-5 минут. После этого снять соус с огня, прибавить яичный желток, стертый в стакане с 1 1/2 – 2 ст. ложками масла, размешать, прибавить соль и процедить сквозь сито.

При подаче на стол залить рыбу приготовленным соусом. Можно также подать отварной картофель.

На 1 банку (350 г) судака, лососины или нельмы, консервированных в собственном соку, – 1 стакан белого столового вина, 200 г свежих грибов, 1 ст. ложку муки, 200 г белого хлеба, 1 яйцо и 4 ст. ложки масла.

## Судак в красном вине

На дно кастрюли положить очищенные, промытые и нарезанные петрушку и лук, прибавить 4 шт. гвоздики, немного перца и лавровый лист. Поверх кореньев поместить подготовленную и нарезанную на куски рыбу, посолить, залить красным столовым вином и стаканом бульона или воды. Накрыть кастрюлю крышкой и варить 15—20 минут. Когда рыба будет готова, бульон слить в другую кастрюлю и по возможности приготовить соус. При подаче на стол куски рыбы переложить на блюдо, гарнировать отварным целым картофелем и полить соусом.

Таким же способом можно приготовить щуку, угря. На 500—750 г рыбы – 1 ст. красного столового вина, 1 ст. ложку муки, 800 г картофеля, по 1 шт. петрушки и лука, 2 ст. ложки масла.

## Угорь на вертеле

Угря очищают, снимают с него кожу и разрезают на части

длиной по 2 см каждая. Огурцы очищают, разрезают пополам, освобождают от семян, делят также на кусочки длиной 2 см и заливают горячим бульоном. Чередуя, насаживают на вертел кусочки угря и огурца, солят, перчат, обкатывают в муке и зажаривают в сильно разогретом жире. Подают с картофелем (соломкой) и маслом, растертым с зеленью.

Угорь – 200 г, огурцы – 100 г, масло сливочное – 5 г, бульон – 100 г, масло растительное – 10 г, мука – 5 г, зелень, соль, перец черный молотый.

## Винегрет из картофеля с сельдью (холодный)

Сварить картофель в кожуре, охладить, очистить и нарезать ломтиками. Порубить филе с репчатым луком. Желток сваренного вкрутую яйца растереть с растительным маслом и горчицей. Добавить в заправку каперсы, черный молотый перец, соль, уксус. Яичный белок порубить. Все смешать, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Картофель – 100 г, сельдь (филе) – 30 г, лук репчатый – 30 г, яйцо – 1 шт., масло растительное – 20 г, горчица – 5 г, каперсы – 10 г, уксус 3% – ный – 5 г, зелень петрушки или укропа, перец черный молотый, соль.

## Сельдь с гарниром

Перед тем как готовить сельдь, если она очень соленая, ее надо вымочить в воде или в некрепком настое чая в течение 3-4 часов. Филе можно вымачивать в холодном молоке: оно придает сельди нежный вкус.

Чистят сельдь следующим образом. Надо отрезать край брюшка, головку и хвост, выпотрошить, сделать надрез вдоль спинки и снять кожу с обеих сторон. Отделить мясо от хребтовой кости, срезав ножом реберные кости с каждой половины. Половинки сельди сложить вместе и нарезать. После этого кусочки сельди переложить с доски на тарелку или лоток, приставить вымытую голову (без жабер) и хвост.

Подготовленную сельдь можно гарнировать свежими огурцами, помидорами, корнишонами, солеными грибами (рыжиками или груздями), вареной свеклой, картофелем, морковью, луком зеленым или репчатым, каперсами и вареными яйцами. Все гарниры должны быть аккуратно и красиво нарезаны в виде кружочков, ломтиков, кубиков, или мелко порублены. Укладывать гарнир следует симметрично по обе стороны сельди. Лук репчатый положить поверх сельди кольцами. Перед подачей

на стол полить сельдь и гарнир заправкой.

Заправка из масла и уксуса: 2-3 ст. ложки уксуса смешать с солью, сахаром и перцем (по вкусу), прибавить 1 – 1 1/2 ст. ложки растительного масла.

Заправка горчичная: яичный желток растереть в миске с чайной ложкой готовой горчицы, чайной ложкой сахара, прибавить столовую ложку растительного масла, 2-3 ст. ложки уксуса и соль по вкусу. Все это перемешать.

## Сельдь в сметане с яблоками и луком

Филе сельди нарезают и кладут в лоток, сверху кладут нашинкованный репчатый лук и очищенное нашинкованное яблоко. Заливают сметаной, заправленной сахаром, посыпают паприкой. Гарнируют кусочками соленого огурца.

Сельдь – 160 г, сметана – 50 г, лук репчатый – 40 г, яблоки – 70 г, сахар – 5 г, огурцы соленые – 25 г, перец красный.

## Шпроты из уклейки

Самый простой способ приготовления этого деликатессного блюда заключается в следующем. Уклейку очищают от чешуи, жабр и внутренностей, затем 5-7 мин варят в кипящем подсолнечном масле, в которое положены специи и соль. Остается извлечь рыбок из масла и остудить – прекрасная закуска готова.

Консерву «Шпроты в масле», которые есть в продаже, готовят иначе.

Шпроты в масле готовят из балтийской салаки и кильки, из каспийской кильки и реже – из других мелких сельдевых.

Само слово «шпроты» – искаженное латинское название балтийской кильки. Таким образом, и шпроты, и кильки – это два названия одной и той же рыбки. Оба эти названия уже давно стали обозначением не столько породы, сколько способа и рецептуры приготовления. Существует способ приготовления мелкой рыбки (такой, как килька, салака, беломорская селедочка и др.) в виде «шпротов», точно так же как существует килечный посол, анчоусный посол, разнообразные селедочные посолы и т. д.

Для «Шпрот в масле» рыбку тщательно моют, погружают ненадолго в слабый раствор соли (тузлук), после чего ополаскивают пресной водой, затем нанизывают (через рот и жаберное отверстие) на металлический прутик; прутик с рыбкой вставляют в раму и помещают в коптильную печь. После копчения

у рыбки удаляют голову и хвостовой плавник, укладывают в консервные коробочки, заливают смесью из рафинированного подсолнечного и горчичного масла, баночку закатывают (герметически закупоривают), стерилизуют, охлаждают и ставят в склад, где шпроты должны оставаться несколько месяцев для созревания; за это время масло приобретает аромат рыбы, а рыба пропитывается маслом, что и придает особенный деликатесный вкус шпротам, как и другим рыбным консервам в масле.

# Уха обыкновенная, двойная…

## Уха обыкновенная

В кастрюлю с водой положить 1-2 ст. ложки пшена или риса, 2-3 картофелины, луковицу, перец, лавровый лист и поставить на огонь. Когда картофель сварится до полуготовности, в кипящую воду опускают подготовленную рыбу – мелкую целиком, а крупную, порезанной на куски. (Поготовка мелкой рыбы заключается в потрошении и удалении жабр, чешуя не счищается, плавательный пузырь также опускается в кастрюлю. Головы, плавники, жировые пленки крупной рыбы тоже не выбрасываются – их кладую в кастрюлю.)

Варится уха около 15 мин. Когда побелеют и отвердеют глаза рыбы, а мясо будет легко протыкаться спичкой, уха готова.

## Уха двойная

В кастрюлю с кипящей водой опускают в марлевом мешочке половину подготовленной для ухи мелкой рыбы, головы и плавники крупной крупы, 1-2 ст. ложки крупы и варят полчаса. Потом рыбу в марлевом мешке отжимают в кастрюлю, а выжимки выбрасывают. В кастрюлю кладут 2-3 картофелины, 1-2 луковицы, перец, лавровый лист, вторую половину рыбы – она более крупная, и варятуху до готовности.

## Уха тройная

Порядок приготовления тройной ухи, как легко догадаться, отличается от порядка приготовления двойной ухи тем, что процесс варки мелкой рыбы в марлевом мешке повторяется дважды и оба раза мелочь в марле отжимается и выбрасывается. В дальнейшем блюдо готовится как уха обыкновенная.

## Уха прозрачная

Это блюдо на первом этапе готовится так, как двойная уха: отваривается мелкая рыба, отжимается через марлю и выбрасывается. Затем делается оттяжка бульона. В кастрюлю опускают белок 1-2 яиц, который собирает всю муть и опускается на дно. Прозрачный бульон сливается в другую кастрюлю и в нем по обычной технологии варится уха с кусками крупной рыбы.

## Уха по-сибирски

В кастрюлю с кипящей водой опускают головы, хвосты, плавники и плавательные пузыри хариусов, тайменей или другой рыбы, 1-2 луковицы, перец, лавровый лист и варят до получаса. Затем в бульон закладывают куски этой рыбы и варят до готовности.

## Уха из ершей

Как и в предыдущих рецептах, мелкую рыбу, в данном случае – ершей, не чистят от чешуи, а только потрошат, затем ополаскивают, кладут в кастрюлю, заливают водой и ставят на огонь. Когда рыба будет почти готова, более крупных ершей достают из кастрюли на тарелку, а остальных варят до разваривания тушек. Затем кастрюлю снимают с огня, бульон процеживают и разварившуюся рыбу выбрасывают. В бульон кладут куски другой, более крупной рыбы, и мякоть ранее вынутой. Добавляют перец, лук, лавровый лист. Когда рыба сварится, уха готова.

Несколько советов. Варить уху следует на малом огне, не допуская бурного кипения, после которого бульон теряет вкусовые качества.

Если уха будет пересоленной, надо опустить в нее сырую картофелину – она впитает излишки соли.

Случается, что уха горчит. Это бывает, когда вместе с рыбой в нее попадает желчь. Знатоки советуют в таком случае опустить в уху на 15 мин кусочек древесного угля размером с грецкий орех, который исправит положение и спасет репутацию повара.

# Соление рыбы

Солят рыбу по-разному в зависимости от назначения: длительного хранения, дальнейшего использования, размеров рыбы. Небольшую рыбу солят целиком, крупную предварительно пластуют.

Рыбу для вяления перед засолкой не чистят и не потрошат – только моют.

Сам процесс засолки выглядит следующим образом: рыбу укладывают в стеклянную, эмалированную посуду или полиэтиленовые пакеты слоями – сначала крупную, затем помельче. Каждый слой пересыпается солью. Сверху на рыбу кладут блюдце, дощечку или что-то другое подходящее, на что можно поставить груз – скажем, банку с водой или камень весом примерно равным весу рыбы.

В зависимости от величины рыбы засолка продолжается от одного дня до шести суток, верный признак окончания – прекращение соковыделения. Выделяющийся сок переодически сливают. Если рыба засаливается в ящике или корзине, то необходимость в сливании сока сама по себе отпадает – сок вытекает сам. Само собой разумеется, что емкость с засаливаемой рыбой должна находиться в прохладном месте.

Теперь очень важный вопрос – о количестве соли. Считается, что излишнюю соль рыба не впитывает. Это правило нельзя считать бесспорным на все случаи жизни. Например, сельдь, посоленную по такому правилу, не каждый возьмет в рот. Если вы желаете получить слабосоленую сельдь, дозировка должна быть такой: на 1 кг сельди 1 ст. ложка соли. Можно добавить и 1 ст. ложку сахара – получится очень вкусно. 2 ст. ложки соли сделают 1 кг сельди просто соленым. Перец, кориандр, другие пряно-ароматические вещества добавляются по вкусу.

# Копчение рыбы

Рыбу коптят двумя способами: холодным и горячим.

Технология горячего копчения проста и доступна практически каждому, – она подобна технологии приготовления паровых блюд, с той разницей, что в одном случае продукт готовится воздействием пара, в другом – дыма.

Берется кастрюля, в нее вставляется или крепится решетка на высоте 5-8 см от дна. (Понятно, что вместо кастрюли можно использовать любую другую емкость с крышкой, за исключением емкости из оцинкованного металла.)

Рыбу потрошат, чистят, моют, натирают солью и оставляют на несколько часов для просолки и легкого провяливания на ветерке.

На дно кастрюли (другой емкости) насыпают слой ольховых опилок высотой 1-2 см. Сосновые и березовые опилки не годятся из-за смолы, которая выделяется при горении. К опилкам надо добавить веточку можжевельника без иголок (он придаст рыбе золотистый оттенок) и лавровый лист.

Подготовленную рыбу укладывают на решетку, при этом нужно постараться, чтобы тушки не соприкасались между собой. Кастрюля закрывается крышкой и ставится на огонь костра или портативной газовой плиты. Процесс горячего копчения длится 15—30 мин в зависимости от величины тушек рыбы. Если рыба окажется сыроватой, кастрюлю снова можно поставить на огонь и довести до готовности.

При желании рыбу горячего копчения можно приготовить и без специальной кастрюли.

Выкопайте в подходящем обрыве «топку» полметра глубиной и шириной, сантиметров 70 высотой. В верхней части топки укрепите палки, на которые можно было бы положить подготовленную рыбу. (Рыбу можно и подвесить, обмотав шапагатом, чтобы она не развалилась.) Когда рыба будет уложена, под ней разводят костер, в который подбрасывают ольховые и осиновые гнилушки, шишки, чтобы рыбу обволакивал густой горячий дым. Этот способ требует более длительного копчения – 1-3 часа.

Самый простой способ копчения – у костра. Наденьте рыбу на палочку (только не хвойную) и воткните ее в землю у костра с подветренной стороны, чтобы на нее шел горячий дым. В этом случае надо будет обязательно повернуть рыбу, чтобы она подкоптилась и с другой стороны.

Холодное копчение более трудоемко, но и полученный

продукт отличается отменным качеством. Такой обработке подлежат более крупные и ценные рыбы – лососевые, судак, жерех и т. п.

Рыбу потрошат и засаливают, а перед копчением проветривают. Коптят в коптильне. Это может быть сарайчик или даже шалаш. Как и при горячем копчении, топят ольховыми и осиновыми гнилушками, добавляют можжевельник без иголок. В коптильне должен быть все время густой дым с температурой не выше 40 ˚С. Процесс копчения длится двое и более суток в зависимости от размеров рыбы.

# Вяление рыбы

Вялению (сушке) подлежит рыба из семейства карповых: плотва, лещ, густера, красноперка и др. Качество готового продукта будет выше, если рыбу предварительно не потрошить, а солить целиком.

Когда рыба просолится, ее надо промыть в холодной воде и вымочить в течении от нескольких часов до полусуток в зависимости от величины рыбы.

Вялят рыбу на ветерке и обязательно в тени. При этом надо позаботиться о том, чтобы до рыбы не добрались мухи. От мух можно защиться марлевым пологом, либо смазать рыбу подсолнечным маслом или раствором марганцовки.

Для вяления рыбу нанизывают в глазные впадины на проволоку или шпагат либо навешивают каждую рыбу отдельно на крючок или гвоздь. При этом надо следить, чтобы тушки не соприкасались.

Можно вялить и потрошоную рыбу, но тогда она получается тощей.

# Любителям экзотики

За экзотикой совсем необязательно ездить в тридесятые царства. Кое-что диковинное можно приготовить и у нас. Например, лепешки и даже хлеб можно испечь из муки, полученной путем обработки некоторых растений: корневищ сусака, белой кувшинки, рогоза, тростника, дубовых желудей, исландского лишайника (мха). Между прочим, хлеб из этих растений не менее питателен, чем из пшеничной муки. Кроме того, «химии» в этом сырье несравненно меньше, чем в колхозном зерне.

Для сравнения рассмотрим состав хлеба, выпекаемого из пшеницы и растений (%):

| Хлеб | Крахмал | Сахар | Белки | Жиры |
|---|---|---|---|---|
| Пшеничный | 46 | 1 | 9 | 0.5 |
| Из корневищ сусака | 60 | – | 14 | 4 |
| Из корневищ белой кувшинки | 49 | до 20 | 8 | – |
| Из корневищ рогоза | 46 | 11 | до 24 | – |
| Из дубовых желудей | 57 | 10 | 7 | до 5 |
| Из исландского лишайника | 44 | 3 | – | – |

Корневища сусака, рогоза, тростника промывают, очищают от земли, нарезают мелкими кусочками (0,5-1 см) и сушат у костра. Полученное сырье растирают.

Из корневищ белой кувшинки сначала приготавливают муку, как из сусака и рогоза. Потом для удаления из муки дубильных веществ, придающих горьковатый вкус, ее заливают холодной водой и дважды доводят до кипения. Слив вторую воду, снова заливают муку холодной водой, перемешивают и дают отстояться. Далее воду сливают, а муку раскладывают тонким слоем на ткани или бумаге и высушивают.

Желуди очищают, разрезают на четыре части и заливают водой. Вымачивают двое суток, меняя воду не менее трех раз в сутки. После этого желуди размельчают, высыпают тонким слоем на подстилку и просушивают сначала на воздухе, а затем над костром. Высушенные желуди размалывают или толкут в муку.

Однако тесто из желудевой муки при выпекании сильно

крошится. Лепешку, выпекаемую из нее, перед тем как перевернуть, надо накрыть чем-либо и тогда, прижав, перевернуть.

В исландском лишайнике сначала удаляют горькие вещества. Для этого его нужно вымачивать в растворе соды или поташа (5 г на 1 л воды) в течение суток. После этого лишайник промывают и еще сутки выдерживают в чистой воде. Затем полученную массу остается только высушить, истолочь, и мука готова.

Муку из перечисленных растений лучше использовать, подмешивая к ней ржаную муку.